

# 9月予定および献立表



2025年8月20日

けいあいルンビニ五月が丘

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1 月		クラッカー	●タンドリーチキン ●★マカロニサラダ 白菜のとろとろスープ	鶏肉、ヨーグルト ハム、マカロニ、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ 白菜、人参、竹輪、青梗菜	●きなこ揚げパン ●牛乳
2 火		せんべい	豚肉の生姜焼き 大豆サラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、しょうが ちりめんじゃこ、大豆、じゃが芋、人参、きゅうり なす、油揚げ	●シリアルクッキー ●牛乳
3 水		満月ポン	鮭の西京焼き ポン酢和え けんちん汁	鮭、みそ ほうれん草、白菜、人参、ちくわ、ゆず果汁 鶏肉、大根、人参、ごぼう、こんにゃく、ねぎ	★●プリン せんべい ●牛乳
4 木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	ゆかりご飯 豚肉と根菜の韓国風煮 キャベツとみかんのサラダ 味噌汁	ゆかり 豚肉、大根、人参、ごぼう、蓮根、こんにゃく、ごま キャベツ、みかん、きゅうり、レーズン しめじ、わかめ	大学芋 ●牛乳
5 金		ビスケット	きのこスパゲティ ★ポテトサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、えのき、ほうれん草 じゃが芋、人参、きゅうり、ツナ、マヨネーズ オレンジ	●ジャムサンド ●牛乳
6 土		ビスコ	炒飯 中華風酢の物 わかめスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜 もやし、人参、きゅうり 豆腐、わかめ	たい焼き ●牛乳
7 日					
8 月		クラッカー	中華風ローストチキン 切り干し大根煮 味噌汁	鶏肉、たまねぎ、しょうが、ごま / ほうれん草 切り干し大根、人参、しらたき、竹輪、いんげん かぼちゃ、油揚げ、小松菜	●★スティックパン ●牛乳
9 火		せんべい	豚肉のしぐれ煮 ツナサラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ツナ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 豆腐、えのき	●豆腐ドーナツ ●牛乳
10 水		満月ポン	●パン●豆乳カレースープ じゃことひじきのサラダ フルーツ	パン / ウインナー、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ブロッコリー、ルウ、豆乳 ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、コーン りんご	おにぎり(梅・かつお) ●牛乳
11 木		アスパラガス ビスケット	わかめご飯 鯖の塩焼き ★高野豆腐卵とじ 味噌汁	わかめ さば 高野豆腐、人参、卵 大根、しめじ、ほうれん草	●マシュマロおこし ●牛乳
12 金		ビスケット	豚肉とキャベツの味噌炒め はるさめサラダ わかめスープ	豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、テンメンジャン はるさめ、もやし、きゅうり、人参、かにかま わかめ、大根	フライドポテト ●牛乳
13 土		ビスコ	焼きそば ごま和え 味噌汁	中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、ソース ブロッコリー、人参、ごま 豆腐、しめじ	ゼリー・せんべい ●牛乳
14 日					
15 月	敬老の日				

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
16 火	避難訓練	せんべい	鶏肉のマーマレード焼き ひじき煮 味噌汁	鶏肉 / きゅうり、ゆかり ひじき、大豆、人参、しらたき、竹輪、いんげん 豆腐、わかめ	●★パインケーキ ●牛乳
17 水		満月ポン	★冷やしうどん 厚揚げのカレー煮 フルーツ	ささみ、トマト、きゅうり、錦糸卵、うどん 鶏ミンチ、厚揚げ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、青梗菜 バナナ	中華おこわ ●牛乳
18 木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	鮭のきのこあんかけ おかか和え 味噌汁	鮭、玉ねぎ、しめじ、えのき ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ、花かつお キャベツ、油揚げ	●フルーツヨーグルト ★●バームクーヘン
19 金		ビスケット	●肉団子の甘酢あん ばんさんすう わかめスープ	肉団子 かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり 大根、玉ねぎ、わかめ	★●ミルクパン ●牛乳
20 土		ビスコ	チキンライス 小松菜とウインナーソテー コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん、トマトピューレ、ケチャップ 小松菜、ウインナー じゃがいも、しめじ	●メープルパン ●牛乳
21 日					
22 月		クラッカー	鶏肉のノルウェー風 ★切り干し大根サラダ 味噌汁	鶏肉 ブロッコリー 切干大根、きゅうり、人参、ハム、ごま、マヨネーズ さつまいも、玉ねぎ	●お麩ラスク ●牛乳
23 火	秋分の日				
24 水		満月ポン	たらの唐揚げ 白和え 豚汁	たら 豆腐、ほうれん草、白菜、椎茸、こんにゃく、人参、ごま 豚肉、大根、人参、じゃがいも、ごぼう、ねぎ	●★お好み焼き ●牛乳
25 木	誕生会	アスパラガス ビスケット	●ポークカレー キャベツとパインのサラダ ●ヨーグルト	豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、ルウ キャベツ、パイン缶、きゅうり、レーズン ヨーグルト	●★パースディケーキ ●牛乳
26 金		ビスケット	★●豆腐入り松風焼 ★ひじきマヨサラダ 味噌汁	鶏ミンチ、玉ねぎ、豆腐、パン粉、牛乳、卵、ごま ハム、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、マヨネーズ かぼちゃ、油揚げ	●チーズサンド ●牛乳
27 土		ビスコ	エビピラフ コーンサラダ きのこスープ	エビ、玉ねぎ、人参、ピーマン コーン、キャベツ、人参、きゅうり しめじ、えのき	フルーツ ●ビスケット ●牛乳
28 日					
29 月		クラッカー	鶏肉のごま風味焼き 酢みそ和え サンラータン	鶏肉、胡麻ペースト、ごま きゅうり、にんじん、ちくわ、白みそ、ごま 豚肉、白菜、人参、春雨、干椎茸、にら	●★カレーチーストースト ●牛乳
30 火		せんべい	わかめラーメン ブロッコリーサラダ フルーツ	豚肉、玉ねぎ、もやし、人参、コーン、かまぼこ、わかめ、中華麺 ブロッコリー、人参、ツナ、コーン 黄桃缶	おはぎ ●牛乳

今月の一人当たりの栄養素

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	494	18.5	13.7	200	2	180	0.25	0.3	18	0	1.5
平均	502	18	14.5	229	2	171	0.35	0.38	18	3.8	1.4

アレルギー対応されているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れてください。  
献立内容は、仕入れ状況等により、変更する場合があります。

