



9月予定および献立表



2025年8月20日
白川敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	月		鮭の西京焼き ポン酢和え けんちん汁	鮭 ほうれん草、白菜、人参、かにかまぼこ 鶏肉、大根、人参、里芋、ごぼう、蒟蒻、青ねぎ	●プリン せんべい ●牛乳
2	火	習字(きりん) E～たいむ	豚肉の生姜焼き ★●マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 ハム、マカロニ、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ なす、油揚げ、青ねぎ	★●きなこ 揚げパン ●牛乳
3	水		●タンダリーチキン 大豆サラダ 白菜のとろとろスープ	鶏肉、ヨーグルト ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、人参、きゅうり 白菜、人参、竹輪、青梗菜	★●オレンジケーキ ●牛乳
4	木	体育あそび シート交換(乳児)	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、干椎茸 キャベツ、みかん缶、きゅうり、レーズン しめじ、わかめ、青ねぎ	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
5	金	スイミング (きりん) シート交換 (くま・いぬ)	きのこスパゲティ ひじきサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、えのき、ほうれん草 ツナ、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、コーン オレンジ	大学芋 ●牛乳
6	土		炒飯 中華風酢の物 コーンスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、干椎茸、小松菜、青ねぎ もやし、人参、きゅうり 豆腐、コーン、青ねぎ	おからクッキー ●牛乳
7	日				
8	月	交通安全教室 (くま・いぬ・きりん)	中華風ローストチキン付野菜 切り干し大根煮 味噌汁	鶏肉 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	習字(きりん) E～たいむ	豚肉のしぐれ煮 ツナサラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、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、青ねぎ	豆腐ドーナツ ●牛乳
10	水		★●パン カレースープ じゃことひじきのサラダ フルーツ	パン 鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、大豆、ごぼう、ルウ 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 パイン缶	フライドポテト ●牛乳
11	木	体育あそび	●肉団子の甘酢あん付野菜 春雨サラダ ワントンスープ	肉団子 ブロッコリー かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、春雨 豚ミンチ、白菜、玉ねぎ、人参、干椎茸、にら、餃子の皮	おひさまゼリー クラッカー ●牛乳
12	金		わかめご飯 鯖の塩焼き ★●ハムサラダ 味噌汁	わかめ さば ハム、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 大根、しめじ、ほうれん草	●マシュマロおこし ●牛乳
13	土	幼児お弁当日	●チキンライス コールスローサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん、バター キャベツ、きゅうり、人参、コーン じゃがいも、しめじ、パセリ粉	ちんすこう ●牛乳
14	日				
15	月	敬老の日			

乳児クラスは朝おやつとしてせんべい、クッキーなどを提供しています。
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。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	火	習字(きりん) E～たいむ	鶏肉のマーメレード焼き付野菜 ひじき煮 味噌汁	鶏肉 キャベツ、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、青ねぎ	フルーツ寒天 せんべい ●牛乳
17	水		★冷やしうどん 厚揚げのカレー煮 フルーツ	ツナ、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	体育あそび シート交換(乳児)	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 キャベツ、油揚げ、青ねぎ	★●シナモン 揚げパン ●牛乳
19	金	スイミング (きりん) シート交換 (くま・いぬ)	豚肉とキャベツの味噌炒め 中華サラダ わかめスープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン ブロッコリー、きゅうり、コーン わかめ、大根、青ねぎ	●パイナップルケーキ ●牛乳
20	土		焼きそば風スパゲティ 酢の物 味噌汁	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、スパゲティ 大根、人参、胡瓜、ツナ 豆腐、しめじ、青ねぎ	五平餅 ●牛乳
21	日				
22	月	Jリーグアカデミー (いぬ・きりん)	鶏肉のノルウェー風付野菜 胡麻和え 味噌汁	鶏肉 キャベツ ほうれん草、白菜、人参、竹輪 さつまいも、玉ねぎ、青ねぎ	●お麩ラスク ●牛乳
23	火	秋分の日			
24	水	避難訓練	たらの唐揚げ付野菜 ★ばんさんすう サンラータン	たら、ブロッコリー かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、錦糸卵 豚肉、白菜、人参、春雨、干椎茸、にら	★お好み焼き ●牛乳
25	木	体育あそび	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 オレンジ	おはぎ ●牛乳
26	金		●豆腐ハンバーグ ●★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 ハム、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ かぼちゃ、油揚げ、小松菜	●ジャムサンド ●牛乳
27	土	幼児お弁当日	●チキンピラフ コーンサラダ きのこスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、インゲン、コーン、バター コーン、キャベツ、人参、きゅうり しめじ、えのき、パセリ粉	●いももち ●牛乳
28	日				
29	月	誕生会	●ポークカレー キャベツとパインのサラダ ●スティックチーズ	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 チーズ	★●パースディ ケーキ ●牛乳
30	火	習字参観 (きりん) E～たいむ	鶏肉のごま風味焼き付野菜 切り干し大根の酢の物 豚汁	鶏肉、胡麻ペースト ほうれん草、コーン ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、切り干し大根 豚肉、大根、人参、さつまいも、ごぼう、ねぎ	★●カレーマヨ トースト ●牛乳

今月の一人当たりの栄養素(3歳児平均)

	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	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	574	21.5	15.9	259	2.5	214	0.32	0.36	23	3.6	1.6
平均	577	21.6	17.9	263	2.1	205	0.4	0.47	22	4.4	1.4

