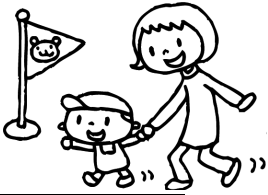




れいわ ねんど
令和7年度

がっこんだてよていひょう
9月献立予定表（ひよこ組～さくら組）

やまぎし えん
山岸こども園



ひ 日 曜	午前のおやつ (0, 1歳児のみ)	主 食	昼 食	お や つ	栄養摂取量			
					熱量 (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩 (g)
1月	ウエハース 牛乳	ごはん	中華風卵焼き ほうれん草ナムル 味噌汁（豆腐／わかめ）バナナ	非常食用ごはん 牛乳	458	16.9	13.0	1.5
2火	せんべい 牛乳	ごはん	ちくわとさつまいもの天ぷら 野菜炒め むら雲スープ オレンジ	ナポリタンスパゲティ 牛乳	464	16.9	13.5	1.4
3水	クラッカー 牛乳	ごはん	ハンバーグ ひじきサラダ 煮豆 わかたけ汁	がんづき 牛乳	454	17.8	14.8	1.3
4木	ごまビスケット 牛乳	食パン	チキンピカタ 青菜コーンごま和え カレースープ バナナ	五目うどん ブルーン	410	18.4	13.3	2.4
5金	せんべい 牛乳	ごはん	豆腐の五目あん フレーク和え 味噌汁（油揚げ／玉葱）オレンジ	じゃが芋餅 牛乳	403	17.1	12.9	1.7
6土	ビスケット 牛乳	ごはん	サバごまみそ焼き すき昆布の煮物 昆布佃煮 味噌汁（なめこ／小松菜）バナナ	パタースティックパン 牛乳	426	19.2	13.2	1.4
8月	野菜バー 牛乳	ごはん	タンドリーチキン 春雨サラダ かぼちゃの甘煮 味噌汁（小松菜／豆腐）	シュガートースト 牛乳	443	16.8	14.8	1.6
9火	ウエハース 牛乳	ごはん	赤魚のカレー焼き もやしのごま和え じゃが芋ソテー 味噌汁（キャベツ）	フルーツパフェ クラッカー	379	13.4	13.0	1.4
10水	クラッカー 牛乳	ごはん	高野豆腐フライ かぼちゃサラダ ひじきそぼろ 春雨スープ	チャーハン 牛乳	485	16.2	16.8	1.4
11木	ごまビスケット 牛乳	ロールパン	マカロニミート フレンチサラダ 白菜スープ オレンジ	ひじきごはん 牛乳	434	16.9	15.1	1.7
12金	野菜バー 牛乳	ごはん	さばの味噌煮 筑前煮 味噌汁（小松菜／大根）バナナ	じゃこトースト 牛乳	459	22.3	15.0	1.9
13土	クラッカー 牛乳	ごはん	赤魚西京焼き 厚揚げの煮物 昆布佃煮 味噌汁（油揚げ／なす）バナナ	あんマーガリンパン 牛乳	448	16.5	14.8	1.2
15月	敬老の日							
16火	クラッカー 牛乳	ごはん	さば唐揚げ野菜あんかけ コーンサラダ 味噌汁（小松菜／豆腐）オレンジ	フレーククッキー 牛乳	452	18.9	15.0	1.5
17水	ごまビスケット 牛乳	ごはん	干草焼き 和風サラダ 味噌汁（大根／油揚げ）バナナ	五目おこわ 牛乳	463	16.2	15.1	1.8
18木	せんべい 牛乳	ごはん	〈誕生会メニュー〉さつまいもごはん 鶏のから揚げ ブロッコリーマヨネーズ和え 豚汁 オレンジ	ケーキ 牛乳	500	18.6	20.4	1.5
19金	ビスケット 牛乳	ごはん	豚肉大根みそ煮 もやしのナムル 味噌汁（じゃがいも／玉葱）バナナ	アメリカンドッグ風ケーキ 牛乳	467	18.0	18.1	1.7
20土	クラッカー 牛乳	ごはん	ほっけ塩焼き すき焼き風煮 味噌汁（キャベツ）バナナ	ジャムマーガリンパン 牛乳	490	20.0	18.1	1.7
22月	ごまビスケット 牛乳	ごはん	松風焼き 野菜含め煮 にら玉スープ オレンジ	きなこ揚げパン 牛乳	502	20.8	18.1	1.5
23火	秋分の日							
24水	クラッカー 牛乳	ごはん	豚肉トマト煮 切り干し大根サラダ もやしスープ バナナ	お好み焼き 牛乳	458	16.7	18.1	1.2
25木	ビスケット 牛乳	ロールパン	白身魚フライ トマト 三色ごま和え コーンチャウダー	和風スパゲティ 牛乳	421	19.9	15.0	1.6
26金	野菜バー 牛乳	ごはん	高野豆腐ひき肉サンド マカロニサラダ 味噌汁（ふ／わかめ）梨	スイートポテト 牛乳	456	17.5	16.6	1.2
27土	クラッカー 牛乳	ごはん	魚塩こうじ焼き 切干大根コンソメ煮 昆布佃煮 味噌汁（なめこ／小松菜）バナナ	パタースティックパン 牛乳	430	18.1	13.1	1.4
29月	ウエハース 牛乳	ごはん	ポークカレー 白身魚のハーブ焼き 中華風サラダ すまし汁	焼きそば 牛乳	452	19.9	14.4	1.9
30火	せんべい 牛乳	ごはん	白身魚のピカタ ブロッコリーソテー 味噌汁（豆腐／わかめ）バナナ	きのこごはん 牛乳	450	19.9	10.4	1.4

★物資の都合上、献立を変更する場合があります。

☆9月1日は防災の日です。おやつに非常食用のごはんを食べてみます。