

2025年度 9月 給食予定献立表

2025年9月

つくし保育園

曜日	日付	献立名	主な材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は10:00・18:30, ○は15:00)
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
月	1	さんまのかぼやきどん ほうれんそうのナムル なめこととうふのみそしる	米、○小麦粉、○き び糖、片栗粉、○ご ま油、ごま、三温糖、 ごま油	さんま、○卵、豆 腐、○練乳、○牛 乳	ほうれんそう、なめこ、にん じん、コーン、ねぎ、しょうが	○クラッカー ○マーラーカオ ○むぎちゃ
	29	《おべんとうきゅうしょく》 ごはん チンジャオロース キャベツやき こまつなとあおあげのあえもの、さんしょくまめ				○せんべい ○マドレーヌ ○むぎちゃ
火	2	きのこのハヤシライス さつまいものあまに やさいごもくスープ	米、さつまいも、○グ ラニュー糖、油、はる さめ、○小麦粉、三 温糖	○牛乳、牛肉	たまねぎ、○バナナ、にんじ ん、えのきたけ、しめじ、 キャベツ、コーン、チンゲン サイ、○かぼちゃ、○セラチ ン	○せんべい ○カスタードプリン ○バナナ ○むぎちゃ
水	3	かきたまうどん すいぎょうざ ほうれんそうともやしの のりあえ	○食パン、うどん、片 栗粉、ごま油、餃子 の皮	○牛乳、卵、かつお 節、豚肉、鶏肉	はくさい、もやし、にんじ ん、たまねぎ、ほうれんそ う、キャベツ、ねぎ、○いち ごジャム、焼きのり	○カルシウムせんべい ○りんごジャムサンド ○ぎゅうにゅう
木	4	しょくパン ちくわのいそべあげ やさしいため くずしとうふじる	食パン、○米、片栗 粉、小麦粉、ごま油	ちくわ、豆腐	キャベツ、もやし、ほうれん そう、にんじん、ピーマン、 あおのり	○クラッカー ○ゆかりおにぎり ○むぎちゃ
金	5	わかめごはん さけのしおやき ポテトサラダ なすとあぶらあげの みそしる	米、じゃがいも、○小 麦粉、○きび糖、○ バター、三温糖、ごま 油	○牛乳、さけ、○ 卵、油揚げ、おから	○バナナ、たまねぎ、なす、 えのきたけ、にんじん、コー ン、きゅうり	○ごまスティック ○バナナケーキ ○ぎゅうにゅう
月	8	ごうやとうふのおやこどん ベイクドさといも ごもくみそしる	米、○さつまいも、さ といも、○小麦粉、○ きび糖、油、三温糖、 片栗粉	鶏肉、卵、凍り豆 腐、油揚げ	たまねぎ、にんじん、だいこ ん、かぼちゃ、ごぼう、ね ぎ、あおのり	○クラッカー ○おにまんじゅう ○むぎちゃ
火	9	あつあげカレーライス かぼちゃのソテー おしむぎとやさいのスープ	米、○三温糖、さつ まいも、押麦、油、オ リーフ油	生揚げ、○ヨーグル ト、豚肉、○牛乳、 ○セラチン	たまねぎ、○オレンジ、にん じん、かぼちゃ、キャベツ、 えのきたけ、にんにく、しょ うが	○せんべい ○オレンジヨーグルト ムース ○むぎちゃ
水	10	あさりとほうれんそうの クリームパスタ とうふとにんじんのサラダ キャベツのスープ	スパゲティ、さつまい も、オリーフ油、三温 糖 (10日)○ドーナツ (24日)○食パン	牛乳、豆腐、あさり (24日)○牛乳	たまねぎ、キャベツ、ほうれ んそう、にんじん、コーン (24日)マンゴージャム	○カルシウムせんべい、 (10日) ○ドーナツ、○むぎちゃ (24日) ○マンゴージャムサンド ○ぎゅうにゅう
木	11	ロールパン ポークビーンズ いんげんとじゃこのサラダ はるさめスープ	ロールパン、○米、 じゃがいも、○天か す、はるさめ、油 ○三温糖、三温糖、 ごま油	豚肉、大豆、しらす 干し	たまねぎ、にんじん、トマ ト、いんげん、コーン、チン ゲンサイ、えのきたけ、にん にく、○あおのり	○クラッカー ○ためきおにぎり ○むぎちゃ
金	12	ごはん たちうおのムニエル フロッキーとコーンの サラダ モロヘイヤのスープ	米、バター、小麦粉、 油 (12日)○バター、○ 小麦粉、○砂糖 (26日)○じゃがい も、○油、○片栗粉	たちうお、豆腐、 (12日) ○卵、○生クリーム (26日) ○チーズ、○卵	フロッキー、モロヘイヤ、 コーン、ねぎ、にんじん (12日) ○バナナ、○みかん缶、○ もも缶	○ごまスティック (12日) ○おたんじょうびケーキ ○むぎちゃ (26日) ○じゃがチーボール ○むぎちゃ

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しください。