

			令和 7年 9月分 給食だより		ひとつぶ保育園
日	曜	献立名	使用食材名	2～5歳児のおやつ	0～1歳児のおやつ
1	・ 月	食パン(0歳はごはん)	・食パン	牛乳	牛乳
		ポトフ	・ポークウインナー、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、コンソメ、塩、こしょう、水	きなこペンネ	きなこペンネ
22		ツナサラダ	・ツナ、人参、キャベツ、きゅうり、マヨネーズ風調味料		くだもの
2	・ 火	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		すきやき煮	・牛肉、焼き豆腐、糸こんにゃく、玉ねぎ、人参、はくさい、青ネギ、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、出し汁	おかし	ツナとポテのおやき
16		磯辺和え	・こまつな、もやし、きざみのり、しょうゆ(薄)、上白糖	くだもの	くだもの
3	・ 水	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		鶏肉のオレンジ煮	・鶏もも皮なし、玉ねぎ、しょうゆ(濃)、マーマレード、水、片栗粉	チーズ入りホットケーキ	チーズ入りホットケーキ
17		野菜スープ	・ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、キャベツ、パセリ、コンソメ、塩、こしょう、水		くだもの
4	・ 木	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		ささみのケチャップあえ (0・1歳は煮魚)	・ささみ、片栗粉、油、上白糖、ケチャップ、ウスターソース、水	おかし	キャロットゼリー
		おひたし	・チンゲンサイ、キャベツ、人参、しょうゆ(薄)、上白糖	くだもの	くだもの
		すまし汁	・木綿豆腐、わかめ、青ネギ、出し汁、しょうゆ(薄)、塩		
5	・ 金	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		チキンカレー	・鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、しょうが、にんにく、塩・こしょう、コンソメ、カレールウ、りんご、水	フルーツのヨーグルト和え	フルーツのヨーグルト和え
19		キャベツの白す和え	・キャベツ、しらす干し、すりごま、酢、上白糖、しょうゆ(薄)		
6	・ 土	五目ラーメン (0歳はぞうすい)	・中華めん、豚肉、はくさい、人参、もやし、かまぼこ、青ネギ、油、鶏がらスープ、水、塩、こしょう、しょうゆ(薄)	牛乳	牛乳
		くだもの	・くだもの	スナックパン	スナックパン
8	・ 月	超熟ロール(0歳はごはん)	・超熟ロール	牛乳	牛乳
		肉だんごのトマトスープ煮	・合ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、塩・こしょう、じゃがいも、玉ねぎ、人参、トマト、三度豆、油、水、コンソメ、塩・こしょう、ケチャップ、上白糖	おかし	スイートポテト
29		スパゲティサラダ	・スパゲティ、ロースハム、きゅうり、人参、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料	くだもの	くだもの
9	・ 火	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		鯖のみそ煮	・さば(切り身)、しょうが、酒、みりん、しょうゆ(濃)、甘みそ、みそ、出し昆布、水、上白糖、みりん、甘みそ、みそ、水	おかし	レーズン入りむしパン
30		ごま和え	・ほうれん草、はくさい、人参、すりごま、しょうゆ(薄)、上白糖	くだもの	くだもの
		すまし汁	・木綿豆腐、えのき茸、みつば、出し汁、しょうゆ(薄)、塩		
10	・ 水	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		厚揚げチャンプル	・厚揚げ、豚肉、人参、こまつな、もやし、玉ねぎ、干し椎茸、塩、こしょう、しょうゆ(濃)、みりん、ごま油	ふかし芋	ふかし芋
24		ひじきの三杯酢	・ひじき、きゅうり、みかん缶、卵、酢、上白糖、しょうゆ(薄)、油		くだもの
11	・ 木	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		筑前煮	・鶏肉、ちくわ、板こんにゃく、だいこん、じゃがいも、人参、ごぼう、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、出し汁	おかし	豆乳もち
25		かつお和え	・チンゲンサイ、はくさい、人参、花かつお、しょうゆ(薄)、上白糖	くだもの	くだもの
12	・ 金	しめじご飯	・米、もち米、水、塩、しょうゆ(薄)、酒、ぶなしめじ、油あげ、人参、きぬさや、きざみのり	牛乳	牛乳
		白身魚の天ぷら (0・1歳は煮魚)	・たら、塩、小麦粉(薄力粉)、水、油	おかし	人参むしパン
		おひたし	・ほうれん草、はくさい、人参、しょうゆ(薄)、上白糖	くだもの	くだもの
		みそ汁	・木綿豆腐、えのき茸、みつば、出し汁、みそ		
13	・ 土	スパゲティミートソース	・スパゲティ、油、合ミンチ、玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン、油、にんにく、しょうが、コンソメ、塩、こしょう、ケチャップ、ウスターソース	牛乳	牛乳
		くだもの	・くだもの	スナックパン	スナックパン
18	・ 木	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		きのこ牛肉の生姜焼き	・牛肉、生椎茸、えのき茸、ほんしめじ、しょうが、しょうゆ(濃)、みりん、酒、油	ジャムロールサンド	ジャムロールサンド
		ごまネーズ和え	・キャベツ、人参、きゅうり、マヨネーズ風調味料、すりごま、塩		くだもの
		オニオンスープ	・鶏肉、玉ねぎ、人参、パセリ、コンソメ、水、塩、こしょう		
20	・ 土	肉うどん (0歳はぞうすい)	・うどん、牛肉、かまぼこ、人参、玉ねぎ、青ネギ、水、出し昆布、出しかつお、しょうゆ(薄)、みりん	牛乳	牛乳
		くだもの	・くだもの	スナックパン	スナックパン
26	・ 金	おべんとう	・おべんとう	牛乳	牛乳
				おかし	おかし
27	・ 土	焼きそば (0歳はぞうすい)	・中華めん、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青ネギ、油、塩、こしょう、ウスターソース、とんかつソース	牛乳	牛乳
		くだもの	・くだもの	スナックパン	スナックパン
◎アレルギー除去食があります 赤色 卵アレルギー 青色 乳製品アレルギー					

平均栄養量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	レチノール当量 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
未満児(1～2歳)	562	20.3	19.3	320	1.7	244	0.29	0.46	29	4.6	1.7
以上児(3～5歳)	596	20.9	20	269	2.1	259	0.31	0.4	35	5.6	1.9