



9月の献立表

令和7年度
認定こども園わだ

日付	献立	材 料 名				3時おやつ
		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	調味料	
1月	ご飯(しそふりかけ) 冷やしうどん 野菜のかき揚げ バナナ	ゆでうどん、米、てんぷら粉、油、砂糖、〇砂糖、〇ごま	〇牛乳、卵、油揚げ、かまぼこ、えび、〇いわし(田作り)	バナナ、きゅうり、たまねぎ、かぼちゃ、なす、ピーマン、にんじん、ゴーヤ	しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、〇しょうゆ、〇酒、食塩、かつお・昆布だし汁、しそふりかけ	牛乳 おやつ小魚
2火	ご飯 お好み焼き風卵焼き もやしとちくわのナムル さつまいもとチンゲンサイのみそ汁 ヨーグルト	米、さつまいも、砂糖、ごま、ごま油、〇スナックスティックパン	〇牛乳、卵、脱脂粉乳、みそ、ちくわ	もやし、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、ねぎ、わかめ、あおのり	煮干だし汁、ソース、しょうゆ、食塩、しょうゆ(うすくち)、かつお・昆布だし汁	牛乳 スナックスティックパン
3水	ご飯 ポークビーンズ 野菜の昆布あえ ヨーグルト	米、じゃがいも、〇米、砂糖、油	〇牛乳、豚肉、ゆで大豆、脱脂粉乳	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、トマト缶、にんじん、塩こんぶ、にんにく	ケチャップ、コンソメ、しょうゆ、食塩、〇わかめふりかけ	牛乳 おにぎり(わかめふりかけ)
4木	ご飯 筑前煮 ブロッコリーのごまドレサラダ ヨーグルト	米、さといも、ごまドレッシング、こんにゃく、砂糖、すりごま、油	〇牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、ちくわ	〇すいか、にんじん、ブロッコリー、だいこん、れんこん、たけのこ、ごぼう、コーン、いんげん、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、みりん	牛乳 フルーツ(すいか)
5金	ご飯 鮭の西京焼き ほうれん草の塩ごま和え 五目汁 ヨーグルト	米、さといも、砂糖、すりごま	〇牛乳、さけ、木綿豆腐、脱脂粉乳、白みそ、油揚げ	ほうれん草、もやし、だいこん、にんじん	かつお・昆布だし汁、みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、食塩	牛乳 市販菓子
6土	サンドイッチ(卵)	サンドイッチパン、マヨネーズ	〇牛乳、卵			牛乳 市販菓子
8月	ご飯 鶏肉とレバーの胡麻ソースからめ トマト 枝豆 豆腐と玉ねぎのみそ汁 バナナ	米、片栗粉、油、ごま、砂糖	〇牛乳、木綿豆腐、鶏レバー、鶏肉、みそ、〇カルピス、〇セラチン	バナナ、トマト、たまねぎ、えだまめ、えのきたけ、しょうが	煮干だし汁、ケチャップ、ソース、しょうゆ、食塩	牛乳 カルピスゼリー
9火	ご飯 マーボー豆腐 焼きぎょうざ ヨーグルト	米、砂糖、片栗粉、油、ごま油、〇スナックスティックパン(さつま芋)	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、脱脂粉乳、みそ	たまねぎ、にんじん、ねぎ、たけのこ、しいたけ、にんにく、しょうが	しょうゆ、中華味、しょうゆ(うすくち)、ぎょうざ	牛乳 スナックスティックパン(さつま芋)
10水	ご飯 ほっけの照り焼き ほうれん草ともやしのソテー かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 ヨーグルト	米、〇米粉、〇砂糖、砂糖、マーガリン、〇油、砂糖	〇牛乳、ほっけ、脱脂粉乳、〇卵、みそ、ベーコン、油揚げ、〇きな粉	ほうれん草、かぼちゃ、もやし、たまねぎ、コーン、わかめ	煮干だし汁、みりん、しょうゆ、酒、しょうゆ(うすくち)、コンソメ、ベーキングパウダー	牛乳 きな粉の米粉蒸しパン
11木	ご飯 かに玉 焼きかぼちゃ 小松菜と里芋のみそ汁 ヨーグルト	米、さといも、砂糖、油、片栗粉	〇牛乳、卵、かにかまぼこ、脱脂粉乳、みそ	かぼちゃ、ごまつな、ねぎ、しめじ、グリーンピース、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、酢、中華味、食塩	牛乳 市販菓子
12金	コッペパン クリームシチュー キャベツのバインサラダ ヨーグルト	じゃがいも、コッペパン、〇米、小麦粉、砂糖、油、〇油、〇砂糖	〇牛乳、牛乳、鶏肉、〇ツナ、脱脂粉乳、バター、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、〇もやし、パイン缶、にんじん、きゅうり、〇ごまつな、コーン、〇刻みのり	〇酒、コンソメ、酢、〇食塩、食塩、ガーリックパウダー	牛乳 おさかなごはん
13土	ホットドック	ロールパン	〇牛乳、ウインナー	キャベツ	ケチャップ	牛乳 市販菓子
16火	ご飯 豆腐の野菜そぼろ煮 ねぎの卵焼き バナナ	米、〇砂糖、砂糖、油、片栗粉、〇油、〇黒ごま	〇牛乳、木綿豆腐、卵、豚ひき肉	〇かぼちゃ、バナナ、ごまつな、たまねぎ、ねぎ、にんじん、しょうが	しょうゆ、酒、しょうゆ(うすくち)、〇しょうゆ、食塩、かつお・昆布だし汁	牛乳 大学かぼちゃ
17水	ご飯 コロケ いんげんのごまサラダ 卵とわかめの春雨スープ ヨーグルト	じゃがいも、米、パン粉、てんぷら粉、はるさめ、油、砂糖、ごま	〇牛乳、卵、脱脂粉乳、牛ひき肉、豚ひき肉	〇りんご、キャベツ、たまねぎ、にんじん、いんげん、ねぎ、わかめ、〇バナナ	ソース、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、中華味、食塩、こしょう	牛乳 フルーツ(りんご) 〇・1歳(バナナ)
18木	ご飯 鯖の煮つけ れんこんのきんぴら かぼちゃと小松菜のみそ汁 ヨーグルト	米、〇米、砂糖、ごま油、ごま	〇牛乳、さば、脱脂粉乳、みそ、油揚げ	かぼちゃ、れんこん、ごまつな、にんじん、ねぎ、いんげん、〇のり、しょうが、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、酒、しょうゆ(うすくち)、〇食塩	牛乳 おにぎり(のり)
19金	きのこのおこわ バンサンスー 豚汁 ヨーグルト	米、さといも、もち米、はるさめ、こんにゃく、砂糖、油、ごま油、〇スナックスティックパン	〇牛乳、木綿豆腐、卵、脱脂粉乳、豚肉、鶏肉、みそ、ハム、油揚げ	にんじん、だいこん、きゅうり、しめじ、しいたけ、えのきたけ、ごぼう、ねぎ	煮干だし汁、酢、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩	牛乳 スナックスティックパン
20土	ホットサンド(ピザ)	サンドイッチパン	〇牛乳、チーズ、ウインナー	たまねぎ、ピーマン	ピザソース	牛乳 市販菓子
22月	ビビンバ 甘煮豆(金時豆) キャベツとわかめの卵スープ バナナ	米、〇米、〇もち米、砂糖、〇砂糖、ごま、ごま油	〇牛乳、卵、豚ひき肉、牛ひき肉、金時豆、〇きな粉	もやし、ほうれん草、バナナ、にんじん、キャベツ、しめじ、わかめ、にんにく	しょうゆ、中華味、酒、食塩、しょうゆ(うすくち)、〇食塩	牛乳 きな粉おはぎ
24水	ご飯 いわしのアングレース ゆでブロッコリー 沢煮椀汁 バナナ	米、〇食パン、片栗粉、砂糖、しらたき、〇はちみつ、油、パン粉	〇牛乳、いわし、豚ひき肉、〇バター	バナナ、ブロッコリー、だいこん、にんじん、えのきたけ、ねぎ、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、ウスターソース、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 ハニートースト
25木	ご飯 厚揚げのそぼろあん ひじきの中華和え ヨーグルト	米、砂糖、片栗粉、油、すりごま、ごま油、〇ホットケーキ粉	〇牛乳、厚揚げ、鶏ひき肉、脱脂粉乳、ハム、〇絹ごし豆腐、〇カルピス	たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン、えのきたけ、ひじき	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酢、酒	牛乳 カルピスの豆腐ケーキ
26金	カレーライス マカロニサラダ ヨーグルト	米、じゃがいも、マカロニ、マヨネーズ、砂糖、油	〇牛乳、牛肉、脱脂粉乳、ハム	〇オレンジ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、福神漬	カレールウ	牛乳 フルーツ(オレンジ)
27土	卵サンド	ロールパン、マヨネーズ	〇牛乳、卵			牛乳 市販菓子
29月	ご飯 豚肉とかぼちゃの煮物 きゅうりとみかんの酢の物 バナナ	米、砂糖	〇牛乳、豚肉	かぼちゃ、バナナ、たまねぎ、みかん缶、きゅうり、にんじん、いんげん、わかめ	しょうゆ、酢、みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、かつお・昆布だし汁、プリン液	牛乳 プリン
30火 誕生会	ご飯(のりたま) 鶏のから揚げ ナポリタン 枝豆 コーンクリームスープ ヨーグルト	米、片栗粉、スパゲティ、油、砂糖	〇牛乳、鶏肉、豆乳、脱脂粉乳、ウインナー、牛乳	たまねぎ、クリームコーン缶、えだまめ、ピーマン、にんにく、しょうが、コーン	しょうゆ、酒、ソース、みりん、ケチャップ、コンソメ、パセリ粉、食塩、のりたま	牛乳 市販菓子



スプーンを持たせてください

