

9月行事・献立予定

令和7年度 こどもパル

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	朝のおやつ	3時のおやつ
1	月	身体測定	御飯 なすのポロネーゼ 青のりボテト ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ オレンジ	米 スパゲティ なす 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン トマト じゃがいも 青のり ブロッコリー キャベツ パセリ 玉ねぎ マッシュルーム 人参 オレンジ	豆乳 レーズンパン	牛乳 クッキー
2	火		御飯 さわらの味噌だれ ブロッコリーのおかか和え 沢煮碗 バナナ	米 さわら ごま ブロッコリー ひじき 人参 かつお節 豚肉 人参 ごぼう しいたけ たけのこ 水菜 バナナ	牛乳 煎餅	牛乳 マカロニあべ川
3	水		御飯 筑前煮 スティックきゅうり 生揚げの味噌汁 オレンジ	米 鶏肉 人参 れんこん ごぼう 里芋 しいたけ いんげん きゅうり 玉ねぎ ねぎ 生揚げ わかめ 人参 オレンジ	牛乳 バナナ	冷やしうどん
4	木	絵本貸し出し	御飯 レバーの中華漬け 元気になるお浸し わかめのすまし汁 バナナ	米 豚レバー にんにく ねぎ しょうが ごま ほうれん草 小松菜 もやし 人参 昆布佃煮 玉ねぎ わかめ ねぎ バナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 かりんとう風トースト
5	金	布団持ち帰り	御飯 揚げ餃子 中華和え ベーコンスープ グレープフルーツ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ しょうが きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 卵 玉ねぎ ベーコン パセリ 人参 グレープフルーツ	牛乳 小魚	フルーツゼリー カルシウム ウエハース
6	土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース せんべい
8	月	絵本返却日	御飯 ラーメン 根菜の煮物 小魚の佃煮 オレンジ	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ 大根 人参 ごぼう しめじ 鶏肉 いんげん いわし ごま オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 ホットケーキ
9	火		御飯 白身魚の磯辺揚げ 添え菜 小松菜のごま和え そうめんのすまし汁 バナナ	米 おひょう 青のり レタス 小松菜 もやし 人参 ごま そうめん かまぼこ わかめ ねぎ バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 小魚
10	水	安全指導の日	御飯 麻婆ナス ちくわときゅうりの酢の物 ほうれん草のすまし汁 梨	米 豚肉 なす 豆腐 ねぎ しょうが にんにく ちくわ しらす きゅうり 人参 ごま ほうれん草 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ 梨	豆乳 米菓子	牛乳 マカロニかりんとう
11	木	誕生会	おめでとうランチ	米 鶏肉 人参 椎茸 ごぼうしめじ えのき なると 鶏肉 ブロッコリー レタス きゅうり スパゲティ ベーコン 玉ねぎ 人参 ビーマン 大根漬け パイン	飲むヨーグルト	フルーツプリン
12	金	布団持ち帰り	秋野菜カレーライス りんごサラダ チーズ オレンジ	米 南瓜 なす 玉ねぎ トマト 豚肉 ビーマン キャベツ りんご 人参 きゅうり チーズ オレンジ	牛乳 スティックパン	フルーツ ヨーグルト
13	土				牛乳 サブレ	りんごジュース せんべい
16	火		御飯 親子うどん ポイルウインナー 野菜チップス ひじきふりかけ パイン	米 うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 かまぼこ 卵 ねぎ ウインナー ごぼう さつまいも じゃがいも ひじき しらす ゆかり ごま パイン	牛乳 ロールパン	プリン
17	水		御飯 煮魚 春雨の中華和え 野菜のすまし汁 バナナ	米 赤魚 生姜 人参 もやし ハム 春雨 卵 小松菜 大根 人参 えのき ひじき ねぎ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ピザトースト
18	木	絵本貸し出し	御飯 揚げ豚の三色和え きつねサラダ きのこのすまし汁 梨	米 豚肉 ほうれん草 人参 パイン 油揚げ 大根 人参 きゅうり ツナ えのき しめじ 玉ねぎ わかめ 梨	オレンジゼリー	牛乳 カルシウムせんべい
19	金	食育の日 布団持ち帰り	御飯 ★鶏肉の梅唐揚げ キャベツとツナの胡麻和え 豆乳味噌汁スープ オレンジ	鶏肉 梅 キャベツ きゅうり 人参 ツナ ごま 南瓜 玉ねぎ 小松菜 オレンジ	牛乳 ポーロ	牛乳 ★みたらしまカロニ
20	土				牛乳 ソフトせんべい	オレンジジュース クラッカー
22	月	絵本返却日	御飯 和風スパゲティ 人参しりしり にら玉スープ グレープフルーツ	米 スパゲティ 玉ねぎ しめじ 小松菜 ベーコン 人参 ツナ にら 玉ねぎ えのき 卵 グレープフルーツ	豆乳 煎餅	牛乳 ぶかし芋
24	水	避難訓練	御飯 鶏のバンバンジー焼き しらすサラダ さつまいの味噌汁 オレンジ	米 鶏肉 生姜 ごま きゅうり 大根 コーン しらす さつまい ほうれん草 玉ねぎ オレンジ	牛乳 ウエハース	ヨーグルト
25	木	園開放	御飯 肉じゃが かに蒲鉾の酢の物 なめこ汁 バナナ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 いんげん かに蒲鉾 人参 キャベツ きゅうり 春雨 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ バナナ	牛乳 米菓子	牛乳 卵サンド
26	金	布団持ち帰り	御飯 鯖の胡麻みそ焼き かみかみ和え わかめ汁 オレンジ	米 鯖 ごま 生姜 切干大根 きゅうり 人参 ハム ごま はんぺん わかめ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 かりんとう
27	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース 塩せんべい
29	月		御飯 五目焼きそば 野菜のゆかり和え わかめのすまし汁 バナナ	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 キャベツ ビーマン 青のり キャベツ きゅうり 人参 梅しそ わかめ 生揚げ 人参 玉ねぎ ねぎ バナナ	牛乳 レーズンパン	牛乳 カナッパ
30	火		御飯 タンドリーフィッシュ マカロニサラダ ビーフンスープ パイン	米 鮭 生姜 ヨーグルト マカロニ レタス きゅうり 人参 ハム ビーフン 玉ねぎ キャベツ もやし 人参 しいたけ ねぎ パイン	牛乳 せんべい	切り干し大根の おにぎり

おめでとうランチ・・・大山おこわ チキンカツ ブロッコリーサラダ ナポリタンスパゲティ 大根漬け スープ パイン
食育の日のサンプル展示は1.2歳児です。主食（御飯）の量は70gです。
今月の果物はバナナ、オレンジ、パイン、梨、グレープフルーツ、りんごを予定しています。
都合により献立を変更する場合があります。
★印は新メニューです。