



9月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2025年

日	曜日	給食	おやつ
1	月	防災の日(野菜カレー、ブロッコリーの胡麻和え、きゅうりのピクルス、豚汁、ジュース)	米粉スナック、麦茶
2	火	ごはん、かつおの角煮、ひじき入り厚焼きたまご、れんこんの金平、麩入りすまし汁、ぶどうゼリー	ちんすこう、麦茶
3	水	黒糖パン、かぼちゃグラタン、トマトマリネ、キャベツとツナのドレッシング和え、チキンスープ、梨	鶏ごぼうごはん、麦茶
4	木	わかめごはん、とんかつ(ひれ肉)、千切りキャベツ、茄子とピーマンのおろし和え、人参シリシリ、じゃがいもの味噌汁、メロン	バナナサンド、牛乳
5	金	冷やし中華、真珠蒸し、レタスとコーンの中中華和え、バナナ	フルーツあんみつ、ほうじ茶
6	土	ハヤシライス、かぼちゃの煮物、もろきゅう、トマト、豆腐スープ、バナナ	チューベツト、お菓子、麦茶
7	日		
8	月	ごはん、鮭の葱味噌焼き、ひじきと人参の煮物、きゅうりの土佐和え、さつま汁、オレンジ	お好み焼き、牛乳
9	火	シーフードトマトスパゲティ、ポテトサラダ、ブロッコリー和え、田舎スープ、りんご	肉まん、牛乳
10	水	ごはん、厚揚げのチリソース、ブロッコリーの和風マヨドレ、さつま芋の甘煮、小松菜入りすまし汁、バナナ	ゴマスティック、麦茶
11	木	マーボー茄子丼、豚バラ大根煮、華風きゅうり、若竹汁、パイナップル	みかん入りヨーグルト、麦茶
12	金	人参パン、バーベキューチキン、マカロニサラダ、キャベツの甘酢和え、豆乳スープ、梨	チキンライス、麦茶
13	土	三色どんぶり、さつま芋のレモン煮、トマト、わかめの味噌汁、バナナ	いちごジャムパン、麦茶
14	日		
15	月		
16	火	ごはん、さばの塩焼き、根菜の煮物、もやしと人参のナムル、あおさの味噌汁、梨	ソース焼きそば、牛乳
17	水	そうめん、豆腐入りチキンナゲット、さつま芋スティック、ゆでブロッコリー、バナナ	かき氷、お菓子、麦茶
18	木	バーガーパン、チーズハンバーグ、じゃがいものたらこチーズクリーム焼き、ベーコン入りほうれん草ソテー、ミネストローネ、メロン	さつま芋ごはん、麦茶
19	金	大豆メニュー(大豆と油揚げの炊き込みごはん、五目野菜の味噌煮、炒り豆腐、ゆでブロッコリー、カニカマ汁、バナナ)	おからドーナツ、牛乳
20	土	豚丼、粉ふきいも、キャベツの昆布和え、油揚げの味噌汁、バナナ	蒸しパン、麦茶
21	日		
22	月	けんちんうどん、きすの天ぷら、ちくわの磯辺揚げ、わかめとさきいかのサラダ、バナナ	さつまいものガレット、牛乳
23	火		
24	水	ゆかりごはん、豆腐入り松風焼き、白菜とほうれん草のお浸し、つぶれ金時豆、大根と油揚げの味噌汁、グレープフルーツ	ヨーグルトオレンジケーキ、牛乳
25	木	誕生日会(ベーコンピラフ、鶏の胡麻唐揚げ、かぼちゃの甘煮、コンソメスープ、うさぎキラキラゼリー)	クレープ、麦茶
26	金	サンドイッチ、カジキマグロのかりん揚げ、トマトサラダ、マカロニシチュー、オレンジ	二色おはぎ、麦茶
27	土	冷やしためきうどん、鶏肉の照焼き、人参の甘煮、きゅうりの昆布和え、バナナ	アップルゼリー、リッツ、麦茶
28	日		
29	月	ごはん、白身魚フライ、金平ごぼう、切り干し大根サラダ、豚肉と押し麦のスープ、ヨーグルト	豆乳レモンケーキ、麦茶
30	火	五目焼き豚ラーメン、ちくわのマヨドレ焼き、かぼちゃのそぼろ煮、トマト、梨	テラミス食パン、牛乳

今月の平均 **3～5歳児** エネルギー **680 Kcal** たんぱく質 **24.4g**
脂質 **22.3g** 塩分 **3.1g**

