



9月 予定献立表



日	行事	献立名	おもな調理法	食 品 名				おやつ	
				からだをつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前（未満児）	午後
1（月）	♪○○○○先生	ご飯/鮭のちゃんちゃん焼き はんぺんのすまし汁 キウイ	焼	鮭 みそ はんぺん わかめ	こめ/バター ごま みりん 三温糖	キャベツ 人参 しめじ 玉ねぎ えのき 人参 キウイ	酒 淡口醤油	牛乳 クッキー	スキムミルク アップルケーキ
2（火）		ご飯/チキンのカレーから揚げ 元気モリモリサラダ たまごスープ/オレンジ	揚げ	鶏肉 しらす干し ワカメ たまご	こめ/三温糖 片栗粉 油 ごま ごま油 三温糖	枝豆 人参 きゅうり レタス えのき 人参 玉ねぎ/オレンジ	カレー粉 淡口しょうゆ 濃口醤油 酢 コンソメ	牛乳 せんべい	スキムミルク ツナサンド
3（水）		ご飯/スペイン風オムレツ スパゲティサラダ けんちん汁/バナナ	焼	たまご ロースハム 鶏肉 豆腐	こめ/じゃが芋 ベーコン スパゲティ マヨネーズ こんにゃく 片栗粉	玉ねぎ 人参 きゅうり レタス 大根 人参 ごぼう こねぎ/バナナ	ケチャップ こしょう 淡口醤油	牛乳 ビスケット	カルピスゼリー
4（木）		パン/なすとひき肉のスパゲティ ほうれん草スープ 乳酸飲料	炒	合いびき肉 かまぼこ たまご	コッパパン/スパゲティ じゃが芋 乳酸飲料	なす 玉ねぎ 人参 ピーマン ほうれん草 えのき 人参	ケチャップ コンソメ	牛乳 ゼリー	スキムミルク 焼きおにぎり
5（金）	誕生会	月見うどん ミートボール/さつまいもサラダ フルーツゼリー		たまご 合いびき肉 たまご/ハム	うどん 油揚げ パン粉 油 みりん/マヨネーズ ゼリーの素 ホイップ	玉ねぎ 人参 こねぎ 玉ねぎ/さつまいも きゅうり りんご 人参 みかん缶 モモ缶	淡口醤油 ソース ケチャップ	せんべい	かき氷
6（土）		ご飯/豚ひき肉と春雨の炒め 豆腐の味噌汁 パイナップル	炒	豚ひき肉 たまご 豆腐 みそ	こめ/春雨 三温糖 ☆☆☆ ミ	キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン 白菜 玉ねぎ しめじ 人参 こねぎ パイナップル	淡口濃口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク ◎せんべい
8（月）		ご飯/豚肉と根菜のみそ煮 コーンとしめじのスープ りんご	煮	豚肉 厚揚げ みそ たまご	こめ/こんにゃく 三温糖	大根 人参 ごぼう れんこん 玉ねぎ 人参 しめじ コーン缶 こねぎ りんご	濃口醤油 酢 コンソメ	牛乳 せんべい	スキムミルク マーブルケーキ
9（火）	♪○○○○先生	ご飯/鮭の塩焼き ごぼうのからあげ/小松菜のナムル もやしの味噌汁/オレンジ	焼	鮭 ロースハム 厚揚げ わかめ みそ	こめ/ 片栗粉 小麦粉 油/ごま ごま油 三温糖	ごぼう しょうが/小松菜 きゅうり にんにく もやし 人参 しめじ/オレンジ	食塩 濃口醤油 酢	牛乳 ビスコ	スキムミルク ぎょうざピザ
10（水）	クッキング（すみれ）	わかめおにぎり/塩ラーメン 夏野菜サラダ パイナップル	煮	炊き込みわかめ/鶏肉 鶏ガラ ロースハム	こめ/中華麺 みりん マヨネーズ	もやし こねぎ レタス きゅうり ミントマト パイナップル	濃口醤油 食塩	牛乳 サブレ	フローズン ヨーグルト
11（木）		ご飯/お好み焼き かみなり汁 バナナ	焼	むきエビ 豚肉 卵 青のり かつお節 豆腐 みそ	こめ/お好み焼き粉 マヨネーズ こんにゃく	人参 長いも ピーマン こねぎ キャベツ 大根 人参 ごぼう バナナ	お好みソース	牛乳 クッキー	スキムミルク シュガートースト
12（金）	おにぎり/おやつ	おにぎりday おにぎりとおやつの準備をお願いします							
13（土）		ご飯/きんぴらごぼう そーめん汁 キウイ	煮	鶏肉 かまぼこ	こめ/しらたき 三温糖 そうめん	ごぼう 人参 人参 こねぎ キウイ	淡口醤油 淡口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク ◎えびせん

秋は月が一番きれいに見える季節です。お月見のお供えの代表でもある「さといも」をはじめ、「新米・きのこ・かつお・さけ・さば・ぶどうやなし・さつまいも」などさまざまな食べ物が旬を迎えます。食欲が増すこの時期なので、おいしく食べて、残暑を乗り切りましょう。

食育活動・クッキング
(☆☆マーク)

＊9月はさくらぐみ・すみれぐみです＊

○ 10日すみれぐみ(夏野菜サラダ)
○ 22日さくらぐみ(手作りぎょうざ)

(お知らせとお願い)
☆5日は誕生会です。
☆12日はおにぎりdayです。
おにぎりとおやつの準備をお願いします。
※職員誕生日リクエストメニュー
◎1日:○○○○先生
◎10日:○○○○先生(8日)
◎24日:○○○○先生(22日)
◎25日:○○○○先生(24日)

※3時のおやつの◎マークは市販のお菓子です。
※0才児の給食・おやつは離乳食の進み具合や月齢に応じて提供しています。
※☆☆マークはカミカミメニューです。
※☆☆マークは食育活動です。
※予定献立表は裏面に15日から30日までを記載してあります。
※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

日	行事	献立名	おもな調理法	食 品 名				おやつ	
				からだをつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前（未満児）	午後
15（月）	祝日	🍁🌿🍂🍃👵敬老の日👴🍁🌿🍂🍃							
16（火）		ご飯/ポテトミートのチーズ焼き ブロッコリーのツナサラダ もやしのスープ/オレンジ	焼	牛乳 豚ひき肉 チーズ ツナ缶	こめ/じゃが芋 バター 油 三温糖 ごま油	玉ねぎ ブロッコリー 人参 もやし えのき こねぎ/オレンジ	ケチャップ 酢 淡口醤油 コンソメ	牛乳 せんべい	スキムミルク マシュマロ フレーク
17（水）	報恩の日	精進カレー 白和え バナナ	煮	大豆 豆腐 みそ	こめ じゃが芋 油 こんにゃくこんにゃく ごま三温糖	人参 玉ねぎ しめじ トマト コーン缶 ほうれん草 人参 バナナ	カレールウ	牛乳 ビスケット	スキムミルク コーントースト
18（木）	👧 おみせ やさん ごっこ	ご飯/サバとポテトの甘酢あんかけ きゅうりのごま和え 春雨スープ/りんご	揚げ炒	さば たまご	こめ/じゃが芋 片栗粉 油 三温糖 ごま ごま油 春雨	 きゅうり 人参 えのき しめじ 白菜/りんご	酢 ケチャップ 濃口醤油 めんつゆ 淡口醤油	牛乳 クッキー	スキムミルク ココア蒸しパン
19（金）		ハンバーガー フライドポテト コーンスープ/ぶどう	焼/揚	合いびき肉 たまご牛乳 たまご	バーガーパン パン粉 マヨネーズ じゃが芋 油 片栗粉	玉ねぎ レタス 人参 玉ねぎ コーン・クリーム缶/ぶどう	ケチャップ 濃口醤油 こしょう 食塩 淡口醤油	牛乳 アスパラガス	スキムミルク ひじきおにぎり
20（土）		ご飯/チキンのトマト煮 じゃが芋とコーンのソテー 野菜スープ/バナナ	煮	鶏肉	こめ/小麦粉 じゃが芋 ベーコン	玉ねぎ トマト缶 コーン缶 玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ/バナナ	こしょう ケチャップ こしょう コンソメ	牛乳 ゼリー	スキムミルク ◎サブレ
22（月）	👩 クッキング (さくら)	ご飯/△手作りぎょうざ わかめスープ みかん	焼	豚ひき肉 わかめ たまご	こめ/餃子の皮 片栗粉 ごま油 油 👩	キャベツ 人参 椎茸 ニラ レタス えのき 人参 玉ねぎ みかん	濃口醤油 酢 コンソメ	牛乳 クッキー	スキムミルク メロンパントースト
23（火）	祝日	☀️🌙🍁秋分の日🍊🍋							
24（水）	🎵 〇〇先生	ご飯/ハンバーグ ひじきとほうれん草の鉄分サラダ 豆腐のスープ/バナナ	焼	合いびき肉 たまご牛乳 ひじき ツナ缶 豆腐	こめ/パン粉 バター みりん 三温糖 マヨネーズ ごま 三温糖	玉ねぎ ほうれん草 人参 コーン缶 えのき 人参 玉ねぎ しめじ こねぎ/バナナ	ソース ケチャップ 淡口醤油 コンソメ	牛乳 せんべい	スキムミルク 白玉ドーナツ
25（木）	🎵 〇〇先生	ご飯/チキン南蛮（タルタル） 花ふ汁 ストロベリーババロア	揚げ	鶏肉 たまご しらす干し たまご 牛乳 豚ひき肉 チーズ	こめ/小麦粉 三温糖 マヨネーズ 花ふ ババロアの素	きゅうり 玉ねぎ キャベツ 人参 コーン缶 人参	酢 淡口醤油 淡口醤油	牛乳 ビスコ	かき氷
26（金）	彼岸参り	ご飯/魚の味噌漬焼き 春雨の中華サラダ もやしのスープ/キウイ	焼	かれい みそ ロースハム	こめ/三温糖 みりん 春雨 ごま油 ごま 三温糖	きゅうり 人参 人参 もやし えのき こねぎ/キウイ	酒 淡口醤油 鶏ガラ コンソメ	牛乳 ビスケット	スキムミルク きなこのおはぎ 🥮
27（土）	半日保育	ガパオライス わかめの味噌汁 りんご	煮	鶏ひき肉 たまご わかめ みそ 豆腐	こめ 三温糖	パプリカ 人参 玉ねぎ にんにく えのき 玉ねぎ りんご	オイスターソース 濃口しょうゆ	🐰🐻🐱	
29（月）		ご飯/フライドチキン みず菜のスープ バナナ	揚げ	鶏肉 牛乳 たまご たまご	こめ/小麦粉 油 じゃが芋	にんにく レタス きゅうり トマト みずな 人参 バナナ	コンソメ 淡口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク ココアスコーン
30（火）		鮭ごはん/だしまき卵 切干大根のマヨネーズ和え 里芋の味噌汁/ナシ	焼	鮭/たまご 昆布 かつお ツナ缶 厚揚げ みそ	こめ ごま/三温糖 油 マヨネーズ	千切大根 きゅうり 里芋 玉ねぎ えのき こねぎ /ナシ	淡口醤油	牛乳 せんべい	スキムミルク みたらし団子

