

令和7年



9月の献立表



浜田ひかり保育所

担当：和家

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
麦ご飯・豚肉の生姜焼き・鶏のみぞ汁 ほうれん草のおかか和え・オレンジ ☆ 豚肉 玉葱 ビーマン バブリカ しうが 醤油 砂糖 酒 みりん 水 粉 片栗粉 ☆ ほうれん草 もやし 人参 腹節 醤油 ☆ お麸 ねぎ 玉葱 人参 みそ だし	麦ご飯・アジの塩焼き・バナナ さゅうりの酢の物・キャベツのすまし汁 ☆ アジ 塩 ☆ きゅうり ワカメ みかん缶 砂糖 酢 塩 薄口醤油 ☆ キャベツ 玉葱 えのき だし 塩 薄口醤油	麦ご飯・ひかりふりかけ・鶏の照り焼き そうめんうりのサラダ・ポテトスープ ☆ さな粉 いりこ 混合ワカメ ごま 味付のり 腹節 砂糖 塩 ☆ 鶏肉 醤油 砂糖 みりん ☆ そうめんうり きゅうり ハム 酢 ごま油 砂糖 塩 薄口醤油 ☆ じゃが芋 人参 玉葱 粉バセリ コンソメ 塩 薄口醤油 こしょう	麦ご飯・牛肉の野菜炒め・スイカ トマトとチーズのサラダ・春雨スープ ☆ 牛肉 人参 キャベツ ビーマン もやし 油 ごま油 醤油 砂糖 こしょう ☆ トマト チーズ バセリ 酢 砂糖 油 こしょう ☆ はるさめ 人参 にら きくらげ 鶏ガラ 塩 醤油	麦ご飯・アイゴの南蛮漬け キャベツのわかめ和え・玉葱のみぞ汁 ☆ アイゴ 塩 片栗粉 油 玉葱 バブリカ ビーマン 砂糖 酢 薄口醤油 ☆ キャベツ 人参 混合ワカメ ☆ 玉葱 人参 ねぎ だし みそ	しめじご飯・具だくさんみぞ汁 バナナ ☆ 米 姫 しめじ 人参 さつま揚げ 薄口醤油 塩 酒 ☆ ごぼう 玉葱 人参 大根 ねぎ みそ
牛乳・フレンチトースト ☆ 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン	お茶・かぼちゃプリン ☆ かぼちゃ 牛乳 ホップクリーム 砂糖 ゼラチン	お茶・しそひじきおにぎり ☆ 米 姫 しそ 芽ひじき 醤油 砂糖 酒 醋 ごま	牛乳・豆乳ウエハース	牛乳・フライドポテト ☆ じゃが芋 油 塩	牛乳・せんべい
8(月)	9(火)誕生日会	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
麦ご飯・カレー肉じゃが キャベツのごま和え・えのきのみぞ汁 ☆ 豚肉 カレーパン 人参 じゃが芋 玉葱 グリンピース だし 砂糖 醤油 酒 みりん ☆ キャベツ 人参 カレーパン ごま 醤油 ☆ お麸 玉葱 えのき ねぎ だし みそ	きのこの炊き込みご飯・オレンジチキン ひじきのサラダ・キャベツのスープ・メロン ☆ 米 姫 まいたけ しめじ 栃茸 人参 さつま揚げ 薄口醤油 塩 酒 ☆ 鶏肉 にんにく 塩 こしょう 片栗粉 玉葱 オレンジジュース ケチャップ ☆ 芽ひじき ツナ缶 玉葱 小松菜 人参 酢 塩 こしょう 油 砂糖 ☆ キャベツ えのき コーン 塩 こしょう コンソメ 薄口醤油	麦ご飯・サバの竜田揚げ ハワイアンサラダ・しめじのみぞ汁 ☆ サバ しうが 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 ☆ キャベツ きゅうり バイン缶 コーン 油 醋 塩 こしょう ☆ 玉葱 しめじ 人参 ねぎ だし みそ	麦ご飯・豚肉のみぞだし焼き ★かみかみ和え・ワカメのすまし汁 ☆ 豚肉 玉葱 人参 生揚げ ねぎ みそ 砂糖 醤油 酒 ごま 油 片栗粉 ☆ キャベツ きゅうり 人参 ごま ささいか 醋 薄口醤油 塩 砂糖 ☆ 玉葱 ウカメ 人参 ねぎ だし 薄口醤油 塩	マーポー丼・キャベツの甘酢和え もやしのスープ・キウイ ☆ 米 姫 豚肉 鶏挽肉 木綿豆腐 玉葱 人参 ねぎ しうが みそ 砂糖 片栗粉 ごま油 みりん 醤油 ☆ キャベツ きゅうり 人参 ごま 醋 砂糖 薄口醤油 ☆ もやし 人参 にら 鶏がら 塩 こしょう 薄口醤油	サケの混ぜご飯 具だくさんみぞ汁・バナナ ☆ 米 姫 サケフレーク 小松菜 塩 ごま ☆ 玉葱 人参 じゃが芋 ねぎ みそ
お茶・ヨーグルトパフェ ☆ ヨーグルト グラニユ糖 バナナ みかん缶 キウイ モモ缶 コーンフレーク	牛乳・お餅ラスク ☆ お餅 きな粉 砂糖 マーガリン	牛乳・オレンジゼリー ☆ オレンジジュース 水 砂糖 アガベ みかん缶	牛乳・卵サンド ☆ 食パン 卵 バセリ マヨネーズ 塩 こしょう	お茶・おやつ和風焼きそば ☆ 中華めん 豚肉 さつま揚げ 人参 玉葱 キャベツ 塩 椎茸 ビーマン もみ海苔 醤油 こしょう みりん だし	牛乳・せんべい
15(月)	敬老の日	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
	秋野菜ボーカラー・★あさりのしぐれ煮 フロッコリーのサラダ ☆ 米 姫 豚肉 人参 玉葱 さつま芋 なす れんこん にんにく しうが 油 カレールウ ☆ ブロッコリー 人参 コーン ごま油 塩 薄口醤油 ☆ あさり しうが 油 砂糖 醤油 酒	麦ご飯・ひかりふりかけ・鶏の梅しぐれ煮 ★ごぼうサラダ・かぼちゃスープ ☆ きな粉 いりこ 混合ワカメ ごま 味付のり 腹節 砂糖 塩 ☆ 鶏肉 梅干し こしょう みそ みりん 砂糖 ☆ ごぼう 薄口醤油 みりん さゅうり 人参 ツナ缶 マヨネーズ ごま ☆ かぼちゃ 玉葱 粉バセリ コンソメ 塩 こしょう 薄口醤油	麦ご飯・鮭の塩焼き キャベツのゆかり和え・えのきのみぞ汁 ☆ サケ 塩 ☆ キャベツ 人参 さゅうり ゆかり粉 ☆ えのき 玉葱 ねぎ だし 塩 薄口醤油	ロールパン・かぼちゃのミートグラタン キャベツサラダ・コーンスープ・キウイ ☆ なす 合挽肉 鶏挽肉 玉葱 かぼちゃ マカロニ 油 砂糖 グリンピース ケチャップ 小麦粉 コンソメ チーズ ☆ キャベツ きゅうり 人参 レーズン 油 醋 塩 こしょう ☆ コーンクリーム缶 コーン 玉葱 コンソメ 塩 牛乳 こしょう 粉バセリ	炊き込みご飯 大根のみぞ汁・バナナ ☆ 米 姫 人参 乾椎茸 油揚げ 鶏肉 醤油 酒 塩 ☆ 大根 人参 玉葱 ねぎ みそ だし
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
バババ弁・切り大根のサラダ・豚汁 バナナ ☆ 米 姫 オクラ モロヘイヤ 納豆 ねぎ 刻み昆布 醤油 しらす ☆ 切り大根 さゅうり 人参 ごま ごま油 醋 砂糖 薄口醤油 ☆ 豚肉 人參 しめじ ごぼう じゃが芋 大根 ねぎ みそ だし お茶・フルーチェ ☆ フルーチェ 牛乳	秋分の日	麦ご飯・肉団子のケチャップ煮 ミルクおから・さつま芋のみぞ汁 ☆ 合い挽肉 鶏挽肉 玉葱 バン粉 卵 水 塩 こしょう ビーマン バブリカ 砂糖 ケチャップ 醤油 醋 ☆ おから 肉挽肉 人參 玉葱 チーズ ねぎ 油 砂糖 醤油 牛乳 塩 だし ☆ さつま芋 人參 玉葱 ねぎ だし みそ	愛情べんとうの日	麦ご飯・ホイコーロー・もやしの昆布和え チンゲン菜のスープ・オレンジ ☆ 豚肉 キャベツ ビーマン バブリカ みそ 砂糖 酒 みりん 醤油 しうが にんにく ごま油 ☆ さゅうり もやし 人參 塩昆布 ☆ チングンサイ 玉葱 コーン 鶏がら 薄口醤油 塩 こしょう	チキンライス キャベツのスープ・バナナ ☆ 米 姫 鶏肉 人參 玉葱 グリンピース コーン ケチャップ コンソメ 塩 こしょう ☆ キャベツ 人參 玉葱 コンソメ バセリ 塩 こしょう
麦ご飯・タイのさっぱりソースかけ ひじき煮・豆乳みぞ汁 ☆ タイ 塩 小麦粉 油 砂糖 醤油 水 醋 梅干し ☆ 芽ひじき 油揚げ 人參 いんげん 油 砂糖 醤油 だし ごま ☆ じゃが芋 玉葱 しめじ ねぎ だし みそ 豆乳 お茶・ぞぼろにぎり ☆ 米 姫 豚挽肉 人參 グリンピース 醤油 みりん 砂糖 塩 しうが	わかめご飯・高野豆腐の卵とじ・パイナップル キャベツのおかか和え・油揚げのみぞ汁 ☆ 米 姫 混合ワカメ ☆ 高野豆腐 人參 しめじ ほうれん草 油 だし 醤油 鶏肉 砂糖 卵 ☆ キャベツ 人參 腹節 醤油 ☆ 油揚げ ワカメ 長ねぎ だし みそ 牛乳・りんごゼリー ☆ りんご 水 砂糖 アガベ みかん缶	お知らせ ☆ 火曜日を麺・丼ものメニューにしていましたが、曜日を決めず提供しています。	いももち レシピ 作り方 じゃが芋 300g 片栗粉 30g 油 5g 粉チーズ 5g 塩 1g 青のり 1g 砂糖 8g		

・ ★印はよく噛めるようにカミカミメニューにしています。・ ふじぐみの誕生日月の子に給食のリクエストを聞いています。今月の対象児はありません。・ 行事、材料の都合により、献立を一部変更することがあります。