

令和7年9月献立表(未満児)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	
1月 火	昼食	御飯 中華スープ マーボー豆腐 もやしのナムル 洋なし缶	米	豚肉 木綿豆腐 ハム	かぶ えのき ねぎ もやし にんじん 洋なし缶	エネルギー 550KCal たんぱく質 19.5g 脂 質 15.9g カルシウム 217mg 食塩相当量 2.0g
	午後おやつ	牛乳 クリームコンフェ	クリームコンフェ	牛乳		
2月 火	昼食	豚丼 みそ汁 きゅうりとささみのサラダ オレンジ	米	豚肉 油揚げ 鶏ささみ	たまねぎ ねぎ なめこ缶 きゅうり にんじん オレンジ	エネルギー 444KCal たんぱく質 18.3g 脂 質 15.1g カルシウム 160mg 食塩相当量 1.4g
	午後おやつ	牛乳 蒸しパン	牛乳 蒸しパン(さつまいも)	牛乳 牛乳		
3月 水	昼食	ふりかけご飯 みそ汁 さんまの塩焼き ポテトサラダ 白桃缶	米 麴 じゃがいも	卵 さんま 魚肉ソーセージ	きゅうり にんじん 白桃缶	エネルギー 377KCal たんぱく質 11.4g 脂 質 10.8g カルシウム 33mg 食塩相当量 1.0g
	午後おやつ	麦茶 ストロベリーゼリー	ストロベリーゼリー			
4月 木	昼食	ミート焼きそば 野菜スープ 大根とツナのサラダ パイン缶	焼きそば	豚挽き肉 ツナ缶	たまねぎ キャベツ にんじん 白菜 たまねぎ にんじん だいこん きゅうり コーン パイン缶	エネルギー 398KCal たんぱく質 13.4g 脂 質 10.7g カルシウム 135mg 食塩相当量 1.7g
	午後おやつ	牛乳 カスタードワッフル	牛乳 カスタードワッフル	牛乳 牛乳		
5月 金	昼食	こどもパン コンソメスープ 鶏肉の照り焼き カリフラワーサラダ りんご缶	こどもパン	鶏肉 ベーコン	キャベツ こまつな カリフラワー ブロッコリー にんじん りんご缶	エネルギー 239KCal たんぱく質 9.7g 脂 質 8.1g カルシウム 35mg 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき(うすしお)	やわらかおかき			
8月 水	昼食	ご飯 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草のごま和え 黄桃缶	米 じゃがいも すりごま	ハンバーグ ツナ缶	あさつき たまねぎ ほうれん草 にんじん 黄桃缶	エネルギー 413KCal たんぱく質 15.5g 脂 質 11.5g カルシウム 74mg 食塩相当量 1.5g
	午後おやつ	麦茶 お好み焼き	お好み焼き	かつお節	キャベツ あおのり	
9月 火	昼食	ご飯 すまし汁 鶏肉のごまみそ焼き 豆腐の煮物 みかん缶	米 ごま	鶏肉 豆腐 さつまあげ	わかめ コーン しいたけ にんじん いんげん みかん缶	エネルギー 390KCal たんぱく質 14.7g 脂 質 7.2g カルシウム 82mg 食塩相当量 1.4g
	午後おやつ	野菜ジュース たまごボーロ	野菜ジュース たまごボーロ		野菜ジュース	
10月 水	昼食	ロールパン クリームシチュー キャベツとちくわのサラダ バナナ	ロールパン じゃがいも	ウインナー 牛乳 ちくわ	にんじん たまねぎ キャベツ にんじん バナナ	エネルギー 333KCal たんぱく質 11.6g 脂 質 15.1g カルシウム 189mg 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	牛乳 ソフトシュークリーム	牛乳 ソフトシュークリーム	牛乳 牛乳		
11月 木	昼食	ご飯 みそ汁 鮭のフライ スパゲティサラダ フルーツカクテル缶	米 さつまいも スパゲッティ	鮭 ハム	ねぎ きゅうり にんじん フルーツカクテル缶	エネルギー 444KCal たんぱく質 16.0g 脂 質 14.9g カルシウム 123mg 食塩相当量 1.2g
	午後おやつ	牛乳 プーチクレープ	牛乳 プーチクレープ	牛乳 牛乳		
22月	昼食	ご飯 みそ汁 ミートボール ほうれん草の煮浸し 洋なし缶	米	油揚げ ミートボール さつまあげ	かぶ ほうれん草 にんじん 洋なし缶	エネルギー 399KCal たんぱく質 12.4g 脂 質 12.9g カルシウム 159mg 食塩相当量 1.7g
	午後おやつ	牛乳 お麴のラスク	牛乳 お麴のラスク	牛乳 牛乳		
24月 水	☆お誕生 日給食☆	ご飯 みそ汁 鶏のから揚げ コロコロサラダ カットゼリー	米	油揚げ 鶏肉 大豆水煮 ベーコン	かぼちゃ きゅうり にんじん コーン カットゼリー	エネルギー 527KCal たんぱく質 17.3g 脂 質 15.6g カルシウム 90mg 食塩相当量 0.8g
		ヤクルト ケーキ	ヤクルト ケーキ	ヤクルト		

※おやつ 9月15日(月)サッポロポテト 9月20日(土)たべっ子どうぶつ 9月23日(火)アンパンマンビスケット
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。