



9月のこんだて



琴の音保育園

令和7年

※ 赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

日曜	献立名	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おもな材料(昼食)				
		あか	きいろ	みどり			あか	きいろ	みどり		
1 月	カレーライス ホウレン草ツナサラダ わかめスープ フルーツ	午前(1・2歳児) Feビスケット	鶏もも ツナ缶 わかめ かまめ きな粉 牛乳	精白米 じゃがいも 小麦粉 バター ルウ	人参 玉ねぎ 粒コーン缶 GPホウレン草 もやし えのきたけ フルーツ	16 火	なすミートスパゲティー きゅうり中華和え スープ フルーツ	午前(1・2歳児) りんご	合いひき肉 わかめ ツナ缶 鮭 青のり 牛乳	スパゲティー すりごま 精白米	りんご 人参玉ねぎ なす小松菜 マッシュルーム缶 トマト缶 レタス きゅうり フルーツ
		午後(1~5歳児) 人参蒸しパン 牛乳						午後(1~5歳児) 鮭おにぎり 牛乳			
2 火	タコライス風 ポテトサラダ わかめスープ フルーツ	午前(1・2歳児) りんご	合ひき肉 ツナ缶 わかめ きな粉 牛乳	精白米 じゃがいも マヨネーズ 辛くず	りんご 玉ねぎ 人参 レタス トマト 粒コーン缶 きゅうり しめじ ねぎ フルーツ	17 水	お弁当会	午後(1~5歳児) Feウエハース	●マフィン 牛乳		
		午後(1~5歳児) くずもち 牛乳									
3 水	ご飯 豚肉しくれ煮 ●ブロッコリーおかかマヨ もずくスープ フルーツ	午前(1・2歳児) Feウエハース	豚肉 削り節 もずく ツナ缶 牛乳	精白米 ●マヨネーズ パン	ごぼう 人参 いんげん ブロッコリー 粒コーン缶 オクラ ネギ きゅうり フルーツ	18 木	●じゃこチャーハン 温野菜サラダ 味噌汁 フルーツ	午後(1~5歳児) みかん	しらす干し ●鶏卵 ツナ缶 鶏ささみ	精白米 いりごま ●トッピング 小麦粉 バター	小松菜 人参 ブロッコリー かぼちゃ ほうれん草 えのきたけ フルーツ
		午後(1~5歳児) ジャムサンド 牛乳						午後(1~5歳児) 型抜きクッキー 牛乳			
4 木	ウンケージュシー 照り焼きチキン 春雨サラダ 豆腐あおさ汁 フルーツ	午前(1・2歳児) バナナ	豚肉 鶏もも肉 ひじき 絹ごし豆腐 あおさ 牛乳	精白米 はるさめ すりごま	バナナ 人参 椎茸 ニラ きゅうり 小ネギ フルーツ	19 金	麦ご飯 ●鮭のみそマヨ焼き ひじき煮物 味噌汁 フルーツ	午後(1~5歳児) バナナ	鮭 ひじき 油揚げ ●鶏卵 牛乳	精白米 押麦 ●マヨネーズ すりごま 小麦粉	バナナ トマト 人参 いんげん 大根 小ネギ バナナ
		午後(1~5歳児) オレンジゼリー せんべい 牛乳						午後(1~5歳児) ●プリン ビスケット 牛乳			
5 金	もちきびご飯 ●ごぼうのすり身揚げ キャベツ炒め 味噌汁 フルーツ	午前(1・2歳児) みかん	●すり身 豚肉 牛乳	精白米 もちきび 小麦粉	みかん 人参 玉ねぎ ごぼう キャベツ ピーマン 冬瓜 しめじ ネギ フルーツ	20 土	マーボー丼 小松菜ツナ和え 味噌汁 フルーツ	午後(1~5歳児) Caせんべい	絹ごし豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 わかめ 牛乳	精白米	椎茸 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ 小松菜 大根 小ネギ フルーツ
		午後(1~5歳児) ココアクッキー 牛乳						午後(1~5歳児) ●どら焼き 牛乳			
6 土	お弁当会	午前(1・2歳児) Caせんべい				22 月	もずく丼ぶり ●ジャーマンポテト 味噌汁 フルーツ	午後(1~5歳児) ●タンナファクルー 牛乳	もずく 豚ひき肉 ●ベーコン 木綿豆腐 わかめ 牛乳	精白米 じゃがいも バター	ピーマン パプリカ 粒コーン缶 玉ねぎ フルーツ
		午後(1~5歳児) Feビスケット						午後(1~5歳児) ウエハース ヨーグルト			
8 月	ハヤシライス ほうれん草のゴマ和え はるさめスープ フルーツ	午前(1・2歳児) Feビスケット	豚肉 牛乳	精白米 じゃがいも デミグラスソース ルウ すりごま はるさめ パン	玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 トマト GP ホウレン草 もやし 粒コーン缶 ネギ フルーツ	24 水	お子様ランチ タンドリーチキン ●マカロニサラダ コンソメスープ フルーツ	午後(1~5歳児) 揚げパン 牛乳	木綿豆腐 鶏ひき肉 ●鶏卵 牛乳	精白米 パン粉 マカロニ ●マヨネーズ	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ えのきたけ フルーツ
		午後(1~5歳児) お誕生日会						午後(1~5歳児) お誕生日ケーキ 牛乳			
9 火	麦ご飯 中華風ローストチキン 人参しりしり 味噌汁 フルーツ	午前(1・2歳児) りんご	鶏もも アイス	精白米 押麦 いりごま うずまき麩	りんご 人参 いんげん 玉ねぎ ホウレン草 フルーツ	25 木	ご飯 豚肉の香味焼き ●ゴーヤーチャンプルー 味噌汁 フルーツ	午後(1~5歳児) 給食アイス クッキー	豚肉 沖縄豆腐 ●鶏卵 削り節 わかめ 牛乳	精白米 いりごま マッシュマロ コーンフレーク オートミール すりごま バター	バナナ 長ねぎ 人参 ゴーヤー 冬瓜 小ネギ フルーツ
		午後(1~5歳児) Feウエハース						午後(1~5歳児) ゴマ菓子 牛乳			
10 水	野菜そば もずくの酢の物 フルーツ	午前(1・2歳児) Feウエハース	豚肉 もずく ひじき 牛乳	沖縄そば 精白米 すりごま	キャベツ 人参 もやし トマト フルーツ	26 金	もちきびご飯 さばのかば焼き風 ビーフン野菜炒め 味噌汁 フルーツ	午後(1~5歳児) みかん	さば 豚肉 牛乳	精白米 もちきび ビーフン じゃがいも ホットケーキ ミックス	みかん 白菜 長ねぎ 人参 ピーマン きくらげ えのきたけ 小ネギ フルーツ
		午後(1~5歳児) ひじきおにぎり 牛乳						午後(1~5歳児) スコーン 牛乳			
11 木	麦ご飯 白身魚のから揚げ ほうれん草ゴマ和え ●沖縄風味噌汁 フルーツ	午前(1・2歳児) Feビスケット	白身魚 沖縄豆腐 豚肉 ●カマボコ チーズ ●鶏卵 牛乳	精白米 すりごま パン 小麦粉 バター	ホウレン草 もやし 大根 人参 レタス 小ネギ フルーツ	27 土	ご飯 チンジャオロース風 レタスキゅうり和え 豆腐あおさ汁 フルーツ	午後(1~5歳児) トライアングル 牛乳	豚肉 牛乳 絹ごし豆腐 あおさ	精白米 すりごま	たけのこ 人参 ピーマン レタス きゅうり 小ネギ フルーツ
		午後(1~5歳児) Caせんべい						午後(1~5歳児) ●メロンパン 牛乳			
12 金	もちきびご飯 鶏肉BBQソース パパイヤイリチー 味噌汁 フルーツ	午前(1・2歳児) みかん	鶏肉もも ツナ缶 わかめ ●鶏卵 牛乳	精白米 もちきび 小麦粉	みかん ブロッコリー 青パパイア 人参 ニラ へちま 玉ねぎ フルーツ	29 月	ご飯(佃煮) ●豚肉のピカタ ホウレン草の白和え 味噌汁 フルーツ	午後(1~5歳児) ●アガラサー 牛乳	豚肉 ●鶏卵 粉チーズ 沖縄豆腐 わかめ 牛乳	精白米 小麦粉 ねりごま さつまいも すりごま	バナナ トマト ホウレン草 人参 なめこ 小ネギ フルーツ
		午後(1~5歳児) お招き会						午後(1~5歳児) 大学芋 牛乳			
13 土	豚肉味噌丼ぶり オクラきゅうり和え ゆし豆腐汁 フルーツ	午前(1・2歳児) Caせんべい	豚肉 ゆし豆腐 牛乳	精白米 すりごま	人参 キャベツ 玉ねぎ オクラ きゅうり 小ネギ フルーツ	30 火	ご飯 豆腐ナゲット ●コールスローサラダ すまし汁 フルーツ	午後(1~5歳児) ●スナックパン 牛乳	鶏ひき肉 絹ごし豆腐 わかめ ●鶏卵 牛乳	精白米 じゃがいも ●マヨネーズ ホットケーキ ミックス	りんご キャベツ 人参 粒コーン缶 フルーツ
		午後(1~5歳児) りんご						午後(1~5歳児) ちんびん 牛乳			

★材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています(●卵の表示)

★「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。 ★幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。