



令和7年9月 献立表

打上保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
17 水	夕焼けごはん、鶏肉のから揚げ、茹でキャベツ、味噌汁	米(60g),にんじん(12g),食塩(1g),／鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g),酒(1g),しょうゆ(3g),片栗粉(6g),油(6g),／キャベツ(40g),にんじん(10g),砂糖(1g),しょうゆ(2g),／じゃがいも(35g),青菜(15g),わかめ(0g),煮干し(3g),みそ(10g),／牛乳(120g),／米粉(15g),コーンスターチ(5g),ベーキングパウダー(1g),砂糖(10g),油(5g),成分無調整豆乳(15g),ココア(ビュアココア)(1g),砂糖(1g),／ぱりんこ	牛乳120,ココアケーキ,ぱりんこ
18 木	ごはん,厚揚げチャンプル,わかめと玉ねぎのすまし汁	米(55g),／厚揚げ(40g),豚肉(35g),たけのこ(ゆで)(10g),にんじん(15g),たまねぎ(30g),にら(7g),干しいたけ(1g),油(1g),しいたけだし(20g),砂糖(2g),酒(1g),しょうゆ(3g),食塩(0g),しょうが(1g),／わかめ(0g),たまねぎ(15g),煮干し(3g),しょうゆ(3g),食塩(0g),／牛乳(120g),／ぼたぼた焼き,／じゃがいも(70g),食塩(0g),	牛乳120,ぼたぼた焼き,粉ふき芋
19 金	ごはん,魚のカレー揚げ,ドレッシングサラダ,味噌汁	米(55g),／たら(60g),食塩(0g),片栗粉(5g),カレー粉(0g),水(3g),片栗粉(8g),油(6g),／キャベツ(25g),にんじん(15g),きゅうり(20g),フレンチドレッシング(白)※卵抜き(4g),／たまねぎ(25g),にんじん(12g),わかめ(0g),煮干し(3g),みそ(10g),／牛乳(120g),／星たべよ,／こんぶ(おやつ用),／プリン(乳なし,卵なし),	牛乳120,星たべよ,こんぶ,プリン(乳なし,卵なし) 
20 土	ごはん(ふりかけ),五目うどん	米(45g),／ふりかけ,／茹でうどん(100g),鶏肉(30g),たまねぎ(30g),にんじん(20g),干しいたけ(1g),青ねぎ(3g),わかめ(0.3g),しょうゆ(4g),食塩(0.3g),みりん(1g),昆布(1g),花かつお(2g),／ゼリー,／ぼたぼた焼き,	牛乳120,ゼリー,ぼたぼた焼き
22 月	ごはん,コーンシチュー,ひじきときゃべつのサラダ	米(55g),／ホールコーン(20g),鶏肉(35g),じゃがいも(50g),にんじん(20g),たまねぎ(30g),油(2g),シチュールー(12g),／ひじき(乾)(2g),キャベツ(20g),きゅうり(10g),にんじん(15g),花鰹(1g),油(1g),酢(2g),しょうゆ(2g),砂糖(2g),食塩(0g),／牛乳(120g),／みかん缶(40g),／えびちび(1袋)(12g),	牛乳120,みかん缶,えびちび
24 水	ごはん,ポークビーンズ,野菜スープ	米(55g),／だいず(ゆで)(40g),豚肉(35g),干しいたけ(1g),たまねぎ(44g),砂糖(2g),ケチャップ(10g),食塩(0g),しょうゆ(1g),油(1g),顆粒コンソメ(1g),水(30g),／たまねぎ(15g),キャベツ(20g),にんじん(15g),ホールコーン(5g),顆粒コンソメ(1g),しょうゆ(3g),食塩(0g),／牛乳(120g),／バナナ,／芋けんぴ,	牛乳120,バナナ,芋けんぴ
25 木	ごはん,筑前煮,豆腐の味噌汁	米(55g),／鶏肉(35g),にんじん(25g),糸こんにやく(15g),ごぼう(10g),干しいたけ(1g),三度豆(6g),れんこん(20g),油(2g),砂糖(3g),しょうゆ(3g),しいたけだし(20g),／木綿豆腐(35g),キャベツ(15g),青ねぎ(3g),みそ(10g),煮干し(3g),／牛乳(120g),／星たべよ,／米(20g),もち米(10g),ごま(乾)(1g),青ねぎ(1g),砂糖(2g),しょうゆ(2g),赤みそ(2g),	牛乳120,星たべよ五平もち
26 金	ごはん,豚肉のしょうが焼き,切干大根とじゃこの塩きんぴら,味噌汁	米(55g),／豚肉(1枚60g)(60g),しょうが(1g),砂糖(1g),しょうゆ(2g),／切り干しだいこん(7g),にんじん(10g),チリメン(5g),ごま油(2g),食塩(0g),ごま(乾)(1g),／キャベツ(20g),わかめ(0g),たまねぎ(20g),煮干し(3g),みそ(10g),／牛乳(120g),／ヨーグルト,／ぼたぼた焼き,	牛乳120,ヨーグルト,ぼたぼた焼き
27 土	ごはん(ふりかけ),チャンポン	牛乳(0g),／米(45g),／ふりかけ／麺(100g),／豚肉(30g),たまねぎ(30g),にんじん(15g),干しいたけ(1g),キャベツ(30g),もやし(8g),竹輪※卵抜き,(6g)ごま油(0.8g),顆粒コンソメ(1g),しょうゆ(3g),食塩(0.3g),煮干し(2g),／牛乳(120g),／ゼリー,／ソフトサラダ,	牛乳120,ゼリー,ソフトサラダ
29 月	ごはん,ハヤシ,ツナサラダ	米(60g),／牛肉(35g),じゃがいも(30g),にんじん(20g),たまねぎ(40g),油(1g),ハヤシルウ(15g),／ツナ缶・油なし(10g),キャベツ(35g),きゅうり(20g),マヨネーズ(6g),食塩(0g),／牛乳(120g),／なし,／ぱりんこ,	牛乳120,梨,ぱりんこ
30 火	ごはん,鶏の桑焼き,酢の物,味噌汁	米(55g),／鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g),酒(2g),しょうゆ(2g),砂糖(1g),／キャベツ(33g),にんじん(10g),わかめ(0g),砂糖(2g),酢(3g),食塩(0g),／木綿豆腐(35g),たまねぎ(10g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),みそ(10g),／牛乳(120g),／薄焼きサラダ,／成分無調整豆乳(45g),水(35g),粉かんでん(1g),砂糖(10g),きな粉(2g),	牛乳120,薄焼きサラダ,きな粉豆乳寒天

※お誕生日会…17日(水)

※献立は都合により変更する場合があります

※完了期おやつは後期食おやつと同じ内容になります。(ただし、育児用ミルクは牛乳120gとなります。)

※使用量の数値は小数点第一位以下が四捨五入された値です。