

令和7年 9月 給食献立表



社会福祉法人多摩養育園
光明第八こども園

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01月	豆乳、バナナチップス	《防災の日》牛丼(非常食)、けんちん汁(非常食)、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	米、○食パン、○砂糖、○粉糖	○牛乳、○牛乳、○卵、かつお節、◎調製豆乳	バナナ、ブロッコリー(ゆで)、キャベツ、人参、◎バナナ(乾果)	牛乳、フレンチトースト
02火	ジョア、人参スティック	《精進料理》ごはん、みそ汁(麴・わかめ)、厚揚げのみそカツ、ほうれん草のごま和え、梨	米、○小麦粉、パン粉、小麦粉、○砂糖、油、麴、砂糖、○メーブルシロップ	○牛乳、生揚げ、○バター、○卵、みそ、赤みそ、ごま	ほうれん草、梨、人参、こんぶ(だし用)、カットわかめ、◎人参	牛乳、コーンフレーククッキー
03水	牛乳、大根スティック	豚しゃぶの冷やしうどん、チキンナゲット、ブロッコリーと卵の炒め物、オレンジ	うどん、○米、油、砂糖	豚肉(もも)、卵、ベーコン、ごま、◎牛乳	ブロッコリー(ゆで)、オレンジ、キャベツ、人参、胡瓜、しめじ、コーン、○あおのり、◎大根	麦茶、たぬきおにぎり
04木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	ごはん、きのこ汁、さばのきじ焼き、れんこんとたらこのマヨ和え、キウイフルーツ	米、欧風マヨネーズ、ごま油	○牛乳、さば、○ウインナー、油揚げ、たらこ、○卵、◎のむヨーグルト	キウイフルーツ、れんこん、大根、人参、こまつな、まいたけ、しめじ、胡瓜、ねぎ、えのきたけ、◎胡瓜	牛乳、ウインナーロールパイ
05金	牛乳、食べる小魚	プティボワン、コーンスープ、鶏肉と野菜のトマト煮、シーザーサラダ、グレープフルーツ	○米、じゃが芋、乾パン、○砂糖、砂糖、○ごま油	牛乳、鶏もも肉、ベーコン、粉チーズ、○ごま、◎牛乳、◎いわし(煮干し)	コーン、グレープフルーツ、レタス、玉ネギ、トマトピューレ、人参、○たかな(たかな漬)、胡瓜、ミニトマト、いんげん、黄ピーマン	《郷土料理:熊本》麦茶、高菜めし
06土	まめびよ	きのこベーコンのスパゲッティ、小松菜のスープ、ささみのサラダ、バナナ	マカロニ・スパゲティ、ドレッシング	○牛乳、鶏ささ身、ベーコン、バター	バナナ、キャベツ、こまつな、ブロッコリー(ゆで)、玉ネギ、しめじ、エリンギ、人参、椎茸、コーン、胡瓜、刻みのみ	牛乳、レモンカスタードタルト
08月	豆乳、バナナチップス	みそ豚丼、すまし汁(豆腐・みつば)、キャベツの青じそ和え、オレンジ	米、砂糖、ごま油	○牛乳、豚肉、絹ごし豆腐、みそ、ごま、◎調製豆乳	玉ネギ、キャベツ、オレンジ、○みかん濃縮果汁、○みかん缶、人参、胡瓜、えのきたけ、万能ねぎ、糸みつば、しそ、◎バナナ(乾果)	牛乳、みかんゼリー、リッツ
09火	ジョア、人参スティック	《ご当地グルメ:熊本》ごはん、タイビーエン、鶏肉のから揚げ、大根とホタテの和風サラダ、バナナ	米、○麴、油、○砂糖、春雨、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉、豚肉(もも)、ほたて貝柱水煮缶、○バター、○きな粉、かまぼこ	バナナ、大根、キャベツ、人参、ブロッコリー、胡瓜、ねぎ、干し椎茸、しょうが、にんにく、◎人参	牛乳、お麴のきなこラスク
10水	豆乳、大根スティック	カレーライス、福神漬け、キャベツスープ、ひじきとごぼうのサラダ、パイナップル	米、じゃが芋、○ビーフン、ドレッシング、○ごま油、油、○砂糖	○牛乳、豚肉(もも)、鶏ささ身、○豚肉(もも)、牛乳、豆乳	玉ネギ、パイナップル、人参、キャベツ、○キャベツ、ごぼう、こまつな、胡瓜、福神漬け、○玉ネギ、しめじ、コーン、トマト、○筍、○人参、○ニラ、ひじき、◎大根	牛乳、焼きビーフン
11木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	ごはん、みそ汁(なす・玉ねぎ)、鶏肉の塩こうじ焼き、じゃがいもきんぴら、グレープフルーツ	米、じゃが芋、○食パン、○グラニュー糖、砂糖、油、○粉糖	○牛乳、鶏もも肉、豚ひき肉、○バター、みそ、油揚げ、◎のむヨーグルト	グレープフルーツ、なす、ピーマン、玉ネギ、人参、◎胡瓜	牛乳、ココアトースト
12金	牛乳、食べる小魚	《敬老の日》お赤飯、けんちん汁、さわらの西京焼き、ほうれん草の干草和え、梨	米、もち米、さといも(冷凍)、○砂糖、ごま油、砂糖	もち米、○こしあん(生)、鶏もも肉、豆腐、白みそ、○つぶあん(砂糖添加)、油揚げ、ささげ(乾)、ごま、◎牛乳、◎いわし(煮干し)	梨、もやし、大根、ほうれん草(冷凍)、ほうれん草、人参、ごぼう、ねぎ、○かんとんクック	麦茶、みずようかん、星たべよ
13土	まめびよ	冷やし中華(しょうゆ味)、焼ギョウザ、生揚げの中華五目煮、グレープフルーツ	中華めん、砂糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、生揚げ、ハム、豚肉	グレープフルーツ、胡瓜、チンゲンサイ、玉ネギ、筍、ミニトマト、人参、干し椎茸	牛乳、ツイストドーナツ
15月		☆☆敬老の日☆☆				
16火	ジョア、人参スティック	ごはん、豆腐と卵のスープ、チンジャオロース、きゅうりとカニカマの酢の物、オレンジ	米、○クレープの皮、砂糖、ごま油、油、片栗粉	○牛乳、豚肉(もも)、絹ごし豆腐、○ホイップクリーム、卵、カニカマ、ごま	オレンジ、もやし、○バナナ、胡瓜、ピーマン、筍、赤ピーマン、黄ピーマン、万能ねぎ、カットわかめ、◎人参	牛乳、バナナクレープ
17水	牛乳、大根スティック	豚しゃぶの冷やしうどん、チキンナゲット、ブロッコリーと卵の炒め物、グレープフルーツ	うどん、○米、油、砂糖	豚肉(もも)、卵、ベーコン、ごま、◎牛乳	グレープフルーツ、ブロッコリー(ゆで)、キャベツ、人参、胡瓜、しめじ、コーン、○あおのり、◎大根	麦茶、たぬきおにぎり
18木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	ごはん、きのこ汁、さばのきじ焼き、れんこんとたらこのマヨ和え、キウイフルーツ	米、欧風マヨネーズ、ごま油	○牛乳、さば、○ウインナー、油揚げ、たらこ、○卵、◎のむヨーグルト	キウイフルーツ、れんこん、大根、人参、こまつな、まいたけ、しめじ、胡瓜、ねぎ、えのきたけ、◎胡瓜	牛乳、ウインナーロールパイ
19金	豆乳、食べる小魚	《誕生会》プティボワン、オニオンスープ、チキンカツ、シーザーサラダ、梨	パン粉、油、小麦粉	○牛乳、鶏もも肉、○生クリーム、ベーコン、卵、粉チーズ、◎調製豆乳、◎いわし(煮干し)	玉ネギ、梨、レタス、○ぶどう、胡瓜、ミニトマト、黄ピーマン	牛乳、誕生ケーキ
20土	まめびよ	親子丼、みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ)、ブロッコリーとキャベツのおかか和え、グレープフルーツ	米、○パウムクーヘン、じゃが芋、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、卵、みそ、かつお節	玉ネギ、グレープフルーツ、ブロッコリー、キャベツ、人参、万能ねぎ、カットわかめ	牛乳、ゼリー、パウムクーヘン
22月	牛乳、バナナチップス	みそ豚丼、すまし汁(豆腐・みつば)、キャベツの青じそ和え、オレンジ	米、○米、○もち米、砂糖、ごま油	豚肉、○こしあん(生)、絹ごし豆腐、みそ、ごま、○きな粉、◎牛乳	玉ネギ、キャベツ、オレンジ、人参、胡瓜、えのきたけ、万能ねぎ、糸みつば、しそ、◎バナナ(乾果)	《お彼岸》麦茶、おはぎ
23火		☆☆秋分の日☆☆				
24水	豆乳、大根スティック	カレーライス、福神漬け、キャベツスープ、ひじきとごぼうのサラダ、パイナップル	米、じゃが芋、○ビーフン、ドレッシング、○ごま油、油、○砂糖	○牛乳、豚肉(もも)、鶏ささ身、○豚肉(もも)、牛乳、◎豆乳	玉ネギ、パイナップル、人参、キャベツ、○キャベツ、ごぼう、こまつな、胡瓜、福神漬け、○玉ネギ、しめじ、コーン、トマト、○筍、○人参、○ニラ、ひじき、◎大根	牛乳、焼きビーフン
25木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	ごはん、みそ汁(なす・玉ねぎ)、鶏肉の塩こうじ焼き、じゃがいもきんぴら、グレープフルーツ	米、じゃが芋、○食パン、○グラニュー糖、砂糖、油、○粉糖	○牛乳、鶏もも肉、豚ひき肉、○バター、みそ、油揚げ、◎のむヨーグルト	グレープフルーツ、なす、ピーマン、玉ネギ、人参、◎胡瓜	牛乳、ココアトースト
26金	豆乳、食べる小魚	ごはん、けんちん汁、さわらの西京焼き、ほうれん草の干草和え、梨	米、○ホットケーキ粉、さといも(冷凍)、○砂糖、○油、ごま油、砂糖	○牛乳、さわら、○牛乳、鶏もも肉、豆腐、白みそ、油揚げ、ごま、◎調製豆乳、◎いわし(煮干し)	梨、もやし、○人参、大根、ほうれん草(冷凍)、ほうれん草、人参、ごぼう、ねぎ	牛乳、にんじんケーキ
27土	まめびよ	ロールパン、ジュリアンスープ、グラタン、マカロニサラダ、バナナ	パン、○米、マカロニスパゲティ、欧風マヨネーズ	ツナ水煮缶、ベーコン	バナナ、キャベツ、人参、ティースハンスパゲティ(いちご&マグリ)、玉ネギ、胡瓜、コーン	麦茶、わかめおにぎり
29月	豆乳、バナナチップス	《郷土料理:ご当地グルメ:熊本》ごはん、だご汁、サラダちくわ、キャベツとピーマンのツナ和え、キウイフルーツ	米、小麦粉、さといも(冷凍)、油、てんぷら粉、砂糖	○牛乳、竹輪、鶏肉、ツナ油漬缶、油揚げ、◎調製豆乳	キウイフルーツ、キャベツ、○みかん濃縮果汁、○みかん缶、ピーマン、人参、大根、こまつな、ごぼう、万能ねぎ、椎茸、◎バナナ(乾果)	牛乳、みかんゼリー、リッツ
30火	ジョア、人参スティック	ごはん、豆腐と卵のスープ、チンジャオロース、きゅうりとカニカマの酢の物、オレンジ	米、○クレープの皮、砂糖、ごま油、油、片栗粉	○牛乳、豚肉(もも)、絹ごし豆腐、○ホイップクリーム、卵、カニカマ、ごま	オレンジ、もやし、○バナナ、胡瓜、ピーマン、筍、赤ピーマン、黄ピーマン、万能ねぎ、カットわかめ、◎人参	牛乳、バナナクレープ

☆食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

☆防災の日☆

9月1日は防災の日です。給食は園に常備している非常食を提供します。

☆郷土料理:ご当地グルメ☆

今月は熊本県です！高菜めし・だご汁の郷土料理や、タイビーエン・サラダちくわのご当地グルメを予定しています。タイビーエン(太平燕)は種の代わりに春雨を使い、肉や魚介類、野菜をたっぷり入れた汁物です。お店ごとに特徴のあるタイビーエンがあり、熊本では給食にも登場するそうです。サラダちくわはちくわの穴にポテトサラダをたっぷり詰めて天ぷらにした、熊本県民のソウルフードです。お楽しみに☆

☆一日あたりの平均給与量☆

	エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
3歳以上児	533kcal	21.4g	19.2g	193mg	2.2mg	167μg	0.35mg	0.36mg	37mg
3歳未満児	497kcal	20.3g	17.7g	280mg	2.3mg	157μg	0.32mg	0.79mg	32mg

