



# 令和7年度 9 月 の 献 立 表



岡垣ほしのほいくえん

| 日／曜       | 献立名                                               | 材料名(昼食・3時おやつ) |                                              |                                                                                |                                                                  | 10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                                                                     | 調味料                                                              | 3時おやつ                                    |                                                 |
| 1<br>(月)  | 白飯<br>ポークカレー<br>春雨のマヨネーズ和え                        | オレンジ          | 米、じゃがいも<br>卵不使用マヨネーズ<br>はるさめ、油<br>菓子         | 牛乳、豚肉<br>ハム、ごま<br>たまねぎ、オレンジ、きゅうり<br>にんじん、キャベツ、りんご<br>グリーンピース                   | しょうゆ、塩<br>乳・卵抜きカレールー<br>麦茶                                       | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>アスパラヒンギス<br>牛乳  |                                                 |
| 2<br>(火)  | 食パン<br>ラタトゥイユ<br>オニオンスープ                          | バナナ           | 食パン、マーガリン<br>ホットケーキ粉<br>メープルシロップ<br>オリーブ油、砂糖 | 脱脂粉乳、豚肉<br>卵、牛乳<br>たまねぎ、バナナ、なす<br>トマト缶、ズッキーニ、はくさい<br>パプリカ、にんじん、ピーマン<br>ねぎ、にんにく | しょうゆ、麦茶<br>ウスターソース<br>がらスープ素<br>ケチャップ、塩                          | (0)お茶 マンナ<br>(1・2)牛乳<br>メープルマフィン<br>ミルク  |                                                 |
| 3<br>(水)  | 白飯<br>肉団子の甘酢あん<br>茹でキャベツ<br>わかめのみそ汁               | オレンジ          | 米、油<br>片栗粉、砂糖<br>菓子                          | 牛乳、豚肉、豆腐<br>みそ、煮干し<br>オレンジ、キャベツ、たまねぎ<br>ねぎ、わかめ、こんぶ                             | 酢、しょうゆ<br>酒、塩<br>麦茶                                              | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>ぼたぼた焼き<br>牛乳 |                                                 |
| 4<br>(木)  | 食パン<br>タンドリーチキン<br>トマト<br>ひよこまめのスープ               | 梨             | 食パン<br>小麦粉、砂糖<br>油、片栗粉<br>ココア                | 牛乳、鶏肉<br>ひよこまめ<br>なし、トマト、たまねぎ<br>キャベツ、にんじん、コーン<br>レモン果汁、にんにく                   | ケチャップ、しょうゆ<br>がらスープ素、塩<br>ベーキングパウダー<br>塩、カレー粉、麦茶                 | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>ココアちんすこう<br>牛乳  |                                                 |
| 5<br>(金)  | 麦飯<br>焼きししゃも(そら:白身魚の煮付け)<br>じゃがいもきんぴら<br>キャベツのみそ汁 | バナナ           | 米、じゃがいも<br>押麦、砂糖<br>ごま油                      | ししゃも、豆腐、みそ<br>煮干し、ごま、タイ<br>バナナ、キャベツ、たまねぎ<br>にんじん、グリーンピース<br>こんぶ                | しょうゆ<br>酒、塩<br>麦茶                                                | (0)お茶 頑張れ小魚家族<br>(1・2)牛乳<br>塩おにぎり<br>お茶  |                                                 |
| 6<br>(土)  | パリパリおそば<br>牛乳                                     | オレンジ          | 中華麺、油<br>片栗粉、砂糖<br>菓子                        | 牛乳、豚肉、かまぼこ<br>オレンジ、もやし、たまねぎ<br>キャベツ、にんじん、ねぎ<br>干しいたけ                           | しょうゆ<br>がらスープ素<br>麦茶                                             | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>源氏パイ<br>お茶   |                                                 |
| 8<br>(月)  | 白飯<br>麻婆豆腐<br>青菜のスープ                              | オレンジ          | 米、砂糖<br>片栗粉、油<br>菓子                          | 牛乳、豆腐、豚肉<br>みそ、赤みそ<br>オレンジ、たまねぎ、こまつな<br>にんじん、ピーマン、ねぎ<br>干しいたけ、にんにく<br>しょうが     | しょうゆ、酒<br>がらスープ素<br>塩、麦茶                                         | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>まがりせんべい<br>牛乳   |                                                 |
| 9<br>(火)  | 白飯<br>なつとく井<br>キャベツの昆布あえ<br>麩のみそ汁                 | バナナ           | 米、砂糖、油<br>焼ふ<br>ぎょうざの皮                       | 牛乳、納豆、豚肉<br>牛肉、みそ、チーズ<br>ベーコン(乳・卵なし)<br>煮干し                                    | たまねぎ、バナナ、キャベツ<br>にんじん、はくさい、ねぎ<br>ピーマン、コーン、えのきたけ<br>塩こんぶ、しょうが、こんぶ | しょうゆ<br>ケチャップ<br>麦茶                      | (0)お茶 マンナ<br>(1・2)牛乳<br>ひとくちピザ<br>牛乳            |
| 10<br>(水) | ひじきごはん<br>鶏肉の唐揚げ<br>春雨のさっぱり和え<br>もやしのスープ          | ゼリー           | 米、片栗粉<br>はるさめ<br>砂糖、油<br>ごま油、菓子              | 鶏肉、ツナ缶<br>油あげ<br>飲むヨーグルト<br>煮干し                                                | きゅうり、にんじん、たまねぎ<br>もやし、こまつな、ひじき<br>しょうが、こんぶ、にんにく                  | しょうゆ、酢<br>酒、みりん<br>塩<br>麦茶               | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>ハーベスト<br>鉄強化飲むヨーグルト |
| 11<br>(木) | 麦飯<br>さばのみそ煮<br>キャベツとわかめの酢の物<br>野菜のすまし汁           | オレンジ          | 米、食パン<br>砂糖、押麦                               | さば、豆腐<br>脱脂粉乳、米みそ<br>煮干し、ごま                                                    | オレンジ、キャベツ、たまねぎ<br>いちごジャム、にんじん<br>ねぎ、わかめ<br>こんぶ、しょうが              | 酢、みりん<br>しょうゆ、酒<br>塩<br>麦茶               | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>ジャムパン<br>ミルク           |
| 12<br>(金) | 食パン<br>鶏レバーの揚げやき<br>粉ふきいも<br>豆腐のみそ汁               | 梨             | 食パン、砂糖<br>さつまいも、油<br>じゃがいも<br>片栗粉、米粉         | 牛乳、鶏レバー<br>豆腐、みそ<br>油あげ、煮干し                                                    | なし、たまねぎ、にんじん<br>ねぎ、こんぶ、あおのり                                      | 塩<br>麦茶                                  | (0)お茶 頑張れ小魚家族<br>(1・2)牛乳<br>さつまいもスティック<br>牛乳    |
| 13<br>(土) | 温そうめん<br>牛乳                                       | オレンジ          | そうめん<br>菓子                                   | 牛乳、鶏肉<br>オレンジ、ほうれんそう<br>たまねぎ、えのきたけ<br>ねぎ、にんじん                                  | みりん、しょうゆ<br>かつお昆布だし汁<br>麦茶                                       | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>チョイス<br>お茶   |                                                 |

※10時のおやつは未満児さんのみの提供です

## ～ 給食室からのお知らせ

残暑も少しずつ和らいできたとはいえ、まだまだ日中は暑い日が続いています。秋になると旬の魚や野菜がたくさん出回ります。食欲も戻ってくるので、季節のおいしい食材をおいしく食べ、好きな食べ物が増えていくといいですね。



8月分の主食・副食費の引き落とし日  
**9/22(月)です**



# 令和7年度 9 月 の 献 立 表



岡垣ほしのほいくえん

| 日<br>／<br>曜 | 献 立 名                                                      | 材料名(昼食・3時おやつ)                              |                                             |                                                             |                                          | 10時おやつ                                     |
|-------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------|
|             |                                                            | 熟と力になるもの                                   | 血や肉や骨になるもの                                  | 体の調子を整えるもの                                                  | 調味料                                      | 3時おやつ                                      |
| 16<br>(火)   | 白飯<br>ドライカレー<br>コーンサラダ<br>バナナ                              | 米、マカロニ<br>砂糖、油<br>片栗粉                      | 豚肉、脱脂粉乳<br>きな粉<br>ハム(乳・卵なし)                 | たまねぎ、バナナ、キャベツ<br>にんじん、コーン、ピーマン<br>干しぶどう、にんにく<br>しょうが        | ケチャップ、酢<br>がらスープ素<br>塩、カレー粉<br>麦茶        | (0)お茶 マンナ<br>(1・2)牛乳<br>マカロニあべかわ<br>ミルク    |
| 17<br>(水)   | 白飯<br>白身魚のふわふわ焼き<br>ゆで野菜(かぼちゃ・いんげん)<br>はるさめスープ<br>梨        | 米、ながいも<br>はるさめ、油<br>ごま油<br>菓子              | 牛乳、たら、かまぼこ                                  | なし、かぼちゃ、たまねぎ<br>さやいんげん、えのきたけ<br>にんじん、ねぎ、しょうが                | しょうゆ、酒<br>がらスープ素<br>塩、麦茶                 | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>ビスコ<br>牛乳      |
| 18<br>(木)   | 食パン<br>チリコンカーン<br>きゅうりともやしの酢の物<br>オレンジ<br>ピーマンわたとり<br>(つき) | 食パン、ごま油<br>じゃがいも<br>砂糖、黒砂糖<br>乳・卵なしホットケーキ粉 | 脱脂粉乳、豆乳<br>鶏肉、ごま                            | オレンジ、きゅうり、もやし<br>トマト缶、たまねぎ、にんじん<br>エリンギ、グリーンピース<br>わかめ、にんにく | ケチャップ、酢<br>しょうゆ、塩<br>がらスープ素<br>麦茶        | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>黒糖蒸しパン<br>ミルク     |
| 19<br>(金)   | 無農薬米ご飯<br>小松菜と牛肉の炒め物<br>南瓜のみそ汁<br>バナナ                      | 米、じゃがいも<br>油、砂糖                            | 牛乳、牛肉、卵<br>ベーコン(乳・卵なし)<br>油あげ、みそ、煮干し<br>チーズ | たまねぎ、バナナ、こまつな<br>かぼちゃ、にんじん、わかめ<br>こんぶ                       | だし汁、酒<br>しょうゆ、みりん<br>パセリ粉<br>麦茶          | (0)お茶 頑張れ小魚家族<br>(1・2)牛乳<br>チーズ焼きポテト<br>牛乳 |
| 20<br>(土)   | ジャージャーめん<br>牛乳<br>オレンジ                                     | うどん、片栗粉<br>ごま油、砂糖<br>菓子                    | 牛乳、豚肉、みそ                                    | きゅうり、オレンジ、たまねぎ<br>にんじん、ピーマン                                 | 酒、しょうゆ<br>がらスープ素<br>麦茶                   | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>こつぶっこ<br>お茶    |
| 22<br>(月)   | 白飯<br>豚肉と昆布の炒め煮<br>じゃが芋のみそ汁<br>オレンジ                        | 米、じゃがいも<br>ごま油、砂糖<br>菓子                    | 牛乳、豚肉、みそ<br>油あげ、煮干し                         | オレンジ、にんじん、たまねぎ<br>キャベツ、こんぶ、ねぎ<br>わかめ、こんぶ、しょうが               | しょうゆ、酒<br>麦茶                             | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>マリー<br>牛乳         |
| 24<br>(水)   | 白飯<br>白身魚の香り蒸し(人参)<br>玉ねぎと揚げのみそ汁<br>バナナ                    | 米、ごま油<br>菓子                                | 牛乳、あかうお<br>みそ、油あげ                           | バナナ、たまねぎ<br>チンゲンサイ、えのきたけ<br>もやし、ねぎ<br>にんじん、しょうが             | 酒、しょうゆ<br>かつお昆布だし汁<br>塩、麦茶               | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>おにぎりせんべい<br>牛乳 |
| 25<br>(木)   | 食パン<br>酢豚<br>中華コーンスープ<br>オレンジ                              | 砂糖、片栗粉<br>油、食パン                            | 豚肉、脱脂粉乳                                     | りんご果汁、たまねぎ<br>オレンジ、コーン缶<br>にんじん、コーン、ねぎ<br>ピーマン、干しいたけ        | しょうゆ、ケチャップ<br>がらスープ素<br>酢、酒、塩<br>ゼラチン、麦茶 | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>アップルゼリー<br>ミルク    |
| 26<br>(金)   | 白飯<br>豚肉の生姜焼き<br>いんげんのごまマヨネーズあえ<br>野菜のみそ汁<br>バナナ           | 米、砂糖<br>片栗粉、油<br>卵不使用マヨネーズ                 | 牛乳、豆乳、豚肉<br>豆腐、みそ、きな粉<br>煮干し、ごま             | バナナ、さやいんげん<br>たまねぎ、にんじん、しめじ<br>ピーマン、わかめ<br>しょうが、こんぶ         | しょうゆ、みりん<br>酒<br>麦茶                      | (0)お茶 頑張れ小魚家族<br>(1・2)牛乳<br>豆乳もち<br>牛乳     |
| 27<br>(土)   | ちゃんぽん<br>牛乳<br>オレンジ                                        | 中華めん、油<br>菓子                               | 牛乳、豚肉、かまぼこ                                  | オレンジ、たまねぎ<br>キャベツ、もやし<br>にんじん、干しいたけ                         | しょうゆ、塩<br>がらスープ素<br>麦茶                   | (0)お茶 頑張れ野菜家族<br>(1・2)牛乳<br>ミニサラダ<br>お茶    |
| 29<br>(月)   | 白飯<br>牛肉のハヤシ<br>チップスサラダ<br>バナナ                             | 米、油、砂糖<br>ポテトチップス<br>菓子                    | 牛乳、牛肉                                       | キャベツ、たまねぎ、オレンジ<br>にんじん、きゅうり<br>グリーンピース、レモン                  | 酢、塩<br>ハヤシフレーク<br>(乳・卵なし)<br>麦茶          | (0)お茶 ハイハイ<br>(1・2)牛乳<br>きな粉餅せんべい<br>牛乳    |
| 30<br>(火)   | 食パン<br>バンバンジー<br>トマトのかき玉スープ<br>オレンジ                        | 食パン、砂糖<br>油                                | 鶏肉、脱脂粉乳<br>卵、いわし、ごま                         | きゅうり、バナナ、トマト缶<br>たまねぎ、にんじん                                  | しょうゆ、酢<br>がらスープ素<br>塩、パセリ粉<br>酒、麦茶       | (0)お茶 マンナ<br>(1・2)牛乳<br>かむかむ小魚<br>ミルク      |

※10時のおやつは未満児さんのみの提供です

ナシ



シャリシャリとした食感がおいしい梨。褐色をした赤ナシ、青みがかった青ナシがあります。ずっしりと重みがあり、丸いものを選びましょう。皮にハリがあるもの、赤ナシならば表面のザラザラがはっきりしている方が新鮮です。

8月分の主食・副食費の引き落とし日

**9/22(月)です**