

9月給食献立表(幼児食)

令和7年9月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1日	2日	3日	4日	5日	6日
昼食	ごはん 鯖の味噌煮 コロコロサラダ すまし汁 フルーツ	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツとひじきのマヨサラダ みそ汁 フルーツ	味噌ラーメン ウインナー 豆と根菜のサラダ フルーツ	ごはん 鶏肉の照り焼き 切干し大根煮 みそ汁 ゼリー	ブルコギ丼 きつね和え みそ汁 フルーツ	なすの肉みそうどん ナムル スープ フルーツ
午後のおやつ	とうもろこしのスナックドーナツ 牛乳	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	さつまいもごはん 麦茶	まめパン 牛乳	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・鯖・トマト・きゅうり・ちくわ・えのき・ほうれん草・	米・豚肉・生姜・キャベツ・ハム・ひじき・トマト・もやし	中華麺・コーン・もやし・玉葱・豚肉・ウインナー・人参・ツナ・枝豆・大豆・蓮根・ごぼう	米・鶏肉・人参・切干大根・白滝・油揚げ・キャベツ・絹さや	米・豚肉・玉葱・人参・ニラ・小松菜・もやし・油揚げ・わかめ・えのき	うどん・なす・きゅうり・豚肉・玉葱・ぜんまい・もやし・ほうれん草・人参

☆ホール給食☆

日付	8日	9日	10日	11日	12日	13日
昼食	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮 みそ汁 ゼリー	くりごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 南瓜サラダ みそ汁 フルーツ	和風スパゲッティー わかめとしらすの カリカリサラダ スープ ヨーグルト	わかめごはん とんかつorメンチカツ マカロニサラダ みそ汁 フルーツポンチゼリー	カレーライス 白菜とコーンのごまサラダ チーズ スープ フルーツ	焼きそば じゃがベーコン炒め スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	揚げパン 牛乳	おかかチーズおにぎり 麦茶	お菓子バイキング 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 麦茶
食材		米・栗・鶏肉・ベーコン・レーズン・クリーム・チーズ・南瓜・なめこ・葱	パスタ・ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・コーン・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ	米・わかめごはんの素・とんかつ(冷凍)・メンチカツ(冷凍)・ハム・コーン・きゅうり・マカロニ・青梗菜・えのき	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・白菜・コーン・チーズ・もやし	中華麺・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・じゃが芋・ベーコン・小松菜

日付	15日	16日	17日	18日	19日	20日
昼食	敬老の日	ごはん 筑前煮 まめみそ すまし汁 フルーツ	なめこうどん 鶏団子 スティックきゅうり ヨーグルト	ごはん カレイの黄金焼き おかか和え みそ汁 フルーツ	納豆ごはん 五色和え 炒め野菜のみそ汁 フルーツ	ちゃんぽんラーメン じゃが芋と鮭の 温製サラダ フルーツ
午後のおやつ		メロンパントースト 牛乳	鮭おにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	ハムとチーズのスコーン 牛乳	お菓子 麦茶
食材		米・大根・人参・蓮根・筍・鶏肉・干椎茸・絹さや・ごぼう・大豆・わかめ・豆腐	うどん・鶏肉・なめこ・玉葱・人参・葱・干椎茸・鶏団子(冷凍)・きゅうり	米・カレイ・小松菜・人参・白菜・ニラ・えのき	米・納豆・チーズ・大根・人参・コーン・かにかま・ほうれん草・キャベツ・ごぼう・玉葱・干椎茸	中華麺・豚肉・葱・コーン・玉葱・キャベツ・人参・かまぼこ・じゃが芋・鮭・小葱

☆世界の料理☆

日付	22日	23日	24日	25日	26日	27日
昼食	ごはん 肉豆腐 こま和え みそ汁 フルーツ	秋分の日	鶏肉のフォー 春巻き シーフードサラダ フルーツ	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ	豚丼 青梗菜のコーンとえ 貝沢山みそ汁 ゼリー	お弁当の持参をお願いします
午後のおやつ	マロンケーキ 牛乳		メープルクッキー 牛乳	しっとりチョコ 牛乳	お菓子 牛乳	
食材	米・豆腐・豚肉・玉葱・小葱・白滝・もやし・人参・ほうれん草・油揚げ・しめじ		フォー・赤パプリカ・青梗菜・鶏肉・春巻き(冷凍)・エビ・黄パプリカ・きゅうり・レタス・玉葱	米・鮭・コーン・ハム・赤パプリカ・黄パプリカ・ブロッコリー・なす	米・豚肉・玉葱・揚げなす(冷凍)・青梗菜・コーン・人参・ハム・キャベツ・わかめ・玉葱	

日付	29日	30日	今年は、毎月1品世界各地の様々な料理を取り入れていきます。 24日(水)【鶏肉のフォー】 フォーとは、米粉の平麺と牛肉または鶏肉のスープをベースにしたベトナムの麺料理です。家庭で作られることはあまりなく、基本的に外食する料理です。ベトナム現地にはチェーン店もあるそうです。 米粉を使用しているため、グルテンフリーであり、消化に良いとされていて、健康的な要素からも注目されています。
昼食	ごはん からあげ のりしおナムル みそ汁 フルーツ	かぼちゃパン ミートボール キャベツのサラダ スープ フルーツ	
午後のおやつ	プリン 麦茶	揚げ団子 麦茶	
食材	米・からあげ(冷凍)・人参・もやし・白菜・のり・わかめ・えのき	食パン・南瓜・ミートボール(冷凍)・人参・ハム・きゅうり・キャベツ・もやし	

