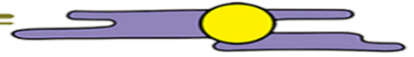




献立表



2025年9月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			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	その他
1 月	昼食	ごはん 鯖の磯焼き ひじきの煮物 パスタサラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ	米 砂糖 スパゲティ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さわら 大豆、うすあげ ハム 木綿豆腐、みそ	あおのり だいこん、にんじん、ひじき にんじん、きゅうり たまねぎ、えのき、わかめ オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ、みりん 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 カルピスケーキ	ホットケーキミックス、油	牛乳 絹豆腐、卵、カルピス		
2 火	昼食	ごはん 鶏肉と大豆のトマト煮 じゃがいもの卵焼き ★ブロッコリーの中華和え 大根のスープ フルーツ	米 砂糖 じゃがいも ごま、砂糖、ごま油	鶏肉、大豆 卵 木綿豆腐	たまねぎ、にんじん グリンピース ブロッコリー、キャベツ、にんじん たまねぎ、だいこん、ねぎ バナナ	ケチャップ、しょうゆ、中華だし しょうゆ、みりん、塩 酢、しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★麩の青のりラスク	麩、油	牛乳	あおのり	塩
3 水	昼食	ごはん チキン南蛮 さつまいものグリル 小松菜のツナサラダ キャベツのスープ フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、片栗粉、砂糖、油 さつまいも、油	鶏もも肉、卵 ツナ缶	たまねぎ こまつな、はくさい、コーン たまねぎ、キャベツ、にんじん グレープフルーツルビー（0・1歳児クラスはバナナ）	酢、しょうゆ、塩、パセリ粉 塩 しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 マカロニきな粉	マカロニ、砂糖	牛乳 きな粉		塩
4 木	昼食	ごはん 鯖のごま焼き ★かぼちゃのレモン煮 ほうれん草のおかか和え なすの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、ごま、ごま油 砂糖	さば（0歳児クラスはたい） 糸かつお みそ、うすあげ	かぼちゃ、レモン果汁 ほうれん草、もやし、にんじん たまねぎ、なす、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん、おろししょうが しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★ツナマヨコーンパン	ホットケーキミックス、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵、ツナ缶、豆乳	コーン	
5 金	昼食	ごはん 鮭のパン粉焼き キャベツのソテー 大豆入りマセドアンサラダ 人参のすまし汁 フルーツ	米 パン粉、油 油、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さけ 大豆	こまつな、キャベツ、コーン きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、えのき、ねぎ バナナ	塩、パセリ粉 しょうゆ 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ミニマフィン	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、牛乳		
6 土	昼食	五目うどん じゃがいものチーズ焼き 小松菜のごま和え フルーツ	うどん、ごま油、砂糖 じゃがいも、マヨドレ、砂糖 ごま、砂糖	鶏肉、うすあげ チーズ	たまねぎ、にんじん、わかめ こまつな、キャベツ、にんじん	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

8月	昼食	ごはん 鰯の甘辛焼き 大根のツナ焼き ほうれん草の白和え わかめの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、油 砂糖、ごま	さわら ツナ缶 木綿豆腐 みそ、うすあげ	だいこん ほうれん草、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、にんじん、えのき、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 キャロットケーキ	ホットケーキミックス、バター、砂糖	牛乳 卵	にんじんジュース、マーマレード	
9火	昼食	ごはん ★鶏肉のカレー揚げ ジャーマンポテト グリーンサラダ かぼちゃのミルクスープ フルーツ	米 片栗粉、油 じゃがいも、油 砂糖	鶏もも肉 ウインナー 豆乳	たまねぎ、にんじん キャベツ、ブロッコリー、コーン たまねぎ、かぼちゃ、にんじん オレンジ	しょうゆ、カレー粉 中華だし 酢、塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 のりたまおにぎり	米	牛乳		のりたまふりかけ
10水	昼食	ごはん チャブチェ ちくわの磯辺揚げ ★キャベツのナムル 中華スープ フルーツ	米 はるさめ、砂糖、ごま油 ごま油 ごま油、ごま	牛肉 ちくわ 木綿豆腐	たまねぎ、こまつな、にんじん あおのり キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ だいこん、しめじ、ねぎ グレープフルーツビー(0・1歳児クラスはバナナ)	しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 いちごヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	いちごジャム	
11木	昼食	ごはん 鰯の漬け焼き 五目煮 ほうれん草のツナ和え きのこの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、片栗粉 砂糖 砂糖	さば(0歳児クラスはたい) 鶏肉、大豆 ツナ缶 みそ	だいこん、にんじん ほうれん草、キャベツ、にんじん たまねぎ、えのき、しめじ、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	砂糖、上新粉、油、片栗粉	牛乳 絹豆腐		ココアパウダー、ベーキングパウダー
12金	昼食	わかめごはん 鮭の塩焼き さつま芋の甘煮 ブロッコリーのごまドレ和え 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 さつまいも、砂糖 ごまドレッシング	さけ 木綿豆腐	ブロッコリー、にんじん、きゅうり、もやし たまねぎ、にんじん オレンジ	わかめふりかけ 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ミニデニッシュ(クリーム)	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳		ドライイースト、塩
13土	昼食	焼肉丼 かぼちゃのごま和え チンゲン菜のナムル わかめのすまし汁 フルーツ	米、砂糖、油 ごま、砂糖 ごま油	牛肉 木綿豆腐	キャベツ、たまねぎ、にんじん かぼちゃ チンゲン菜、にんじん たまねぎ、わかめ	しょうゆ しょうゆ 中華だし だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
16火	昼食	ごはん 鰯のゆかり焼き 厚揚げのねぎ焼き ほうれん草の和風サラダ 大根の味噌汁 フルーツ	米 和風ドレッシング、砂糖	さわら 厚揚げ みそ、うすあげ	ねぎ ほうれん草、もやし、にんじん、コーン たまねぎ、だいこん、わかめ バナナ	ゆかり しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 野菜カステラ	小麦粉、グラニュー糖、ショートニング、マーガリン	牛乳 卵		

17 水	昼食	ごはん のり塩チキン ほうれん草のパスタ ★ツナポテトサラダ コンソメスープ フルーツ	米 片栗粉、砂糖 スパゲティ、油、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖	鶏もも肉 卵、ツナ缶 木綿豆腐	あおのり ほうれん草、たまねぎ、えのき コーン たまねぎ、にんじん グレープフルーツルビー（0・1歳児クラスはバナナ）	酒、塩、おろししょうが しょうゆ、中華だし 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★アメリカンドッグ風ケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 牛乳、卵、ウインナー		ケチャップ、ベーキングパウダー
18 木 「☆世界の食卓」 「ロシア」	昼食	ビーフストロガノフ 焼きかぼちゃ オリヴィエサラダ フルーツ	米 オリーブ油 マカロニ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛肉	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、しめじ かぼちゃ にんじん、キャベツ、コーン、レッドキャベツ オレンジ	ハヤシルウ、パセリ粉 塩 塩
	午後おやつ	牛乳 ★ロシアンクッキー	小麦粉、バター、砂糖	牛乳	いちごジャム	
19 金	昼食	ごはん 鮭の韓国風焼き さつま芋のレモン煮 小松菜のナムル わかめスープ フルーツ	米 ごま油、ごま さつまいも、砂糖 ごま油	さけ 木綿豆腐	のり レモン果汁 こまつな、もやし、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん 中華だし 中華だし
	午後おやつ	牛乳 たまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵		塩
20 土	昼食	しょうゆラーメン 青のりポテト ブロッコリーのマヨサラダ フルーツ	中華めん じゃがいも マヨドレ	豚肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、わかめ あおのり ブロッコリー、にんじん	中華だし、しょうゆ 塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
22 月	昼食	ごはん 鰯のきじ焼き 春雨とチンゲン菜炒め オーロラサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 ごま はるさめ、砂糖、ごま油 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さわら ツナ缶 大豆 木綿豆腐、みそ	ねぎ チンゲン菜、たまねぎ きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん しょうゆ ケチャップ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★かぼちゃのフレンチトースト	食パン、砂糖	牛乳 豆乳、卵	かぼちゃ	
24 水	昼食	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの卵焼き ほうれん草のナムル 豆腐のスープ フルーツ	米 油 ごま、砂糖、ごま油	豚肉 卵、ツナ缶 木綿豆腐	たまねぎ、にんじん ひじき ほうれん草、もやし、にんじん たまねぎ、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん、おろししょうが しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、中華だし 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ヨーグルトケーキ	ホットケーキミックス、砂糖、油	牛乳 ヨーグルト、卵		
25 木	昼食	ごはん 鮭の幽庵焼き ★ツナじゃが塩こんぶ炒め 小松菜のゆかり和え しめじのすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	さけ ツナ缶 木綿豆腐	ゆず果汁 ピーマン、塩こんぶ こまつな、キャベツ、コーン たまねぎ、しめじ、ねぎ グレープフルーツルビー（0・1歳児クラスはバナナ）	しょうゆ、みりん みりん、しょうゆ ゆかり だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 やきそば	焼きそばめん、油	牛乳 豚肉	キャベツ、たまねぎ、にんじん	焼きそばソース

26 金	昼食	ごはん ★鯖の中華ねぎ焼き 大根の炒り煮 さつま芋とブロッコリーのサラダ えのきの味噌汁 フルーツ	米 ごま油 砂糖、油 さつまいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さば（0歳児クラスはたい） みそ、うすあげ	ねぎ だいこん、にんじん ブロッコリー たまねぎ、にんじん、えのき、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん、おろしにんにく、おろししょうが だし汁、しょうゆ 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 練乳いちごパン	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳	いちごジャム	ドライイースト
27 土	昼食	豚丼 じゃがいものおかか焼き もやしナムル 豆腐のすまし汁 フルーツ	米、砂糖 じゃがいも ごま油	豚肉 糸かつお 木綿豆腐	たまねぎ、しめじ もやし、こまつな、にんじん たまねぎ、わかめ	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん 中華だし だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
29 月	昼食	ごはん 鮭の柚子みそ焼き ★カレーソーセージきんぴら かぼちゃのたまごサラダ ほうれん草のすまし汁 フルーツ	米 砂糖、油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖	さけ、みそ ウインナー 卵	ゆず果汁 ごぼう、にんじん、ピーマン かぼちゃ、きゅうり、にんじん ほうれん草、たまねぎ、しめじ バナナ	みりん、しょうゆ しょうゆ、カレー粉 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 さつまいもの蒸しパン	ホットケーキミックス、さつまいも、砂糖、油	牛乳 牛乳、卵		
30 火 「お☆ 子ラン さまチ ランチ」	昼食	チキンライス ハンバーグ フライドポテト コールスローサラダ 豆乳スープ ぶどうゼリー	米 片栗粉 フライドポテト マヨドレ、砂糖	鶏肉 豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐 豆乳	たまねぎ、にんじん、グリーンピース たまねぎ、にんじん キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン ほうれん草、たまねぎ、はくさい、にんじん ぶどうゼリー	ケチャップ、中華だし ケチャップ、中濃ソース、中華だし 塩 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★フルーツサンド	食パン	牛乳 ホイップクリーム	みかん缶、パイン缶	

※献立は、変更になる場合があります。
※★は新メニューです。