



9月の幼児食



2025年

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		
午前	1	牛乳	2	麦茶、星たべよ		3	牛乳		4	ドリンクヨーグルト		5	牛乳		6	麦茶、ぼたぼた焼	
昼食	ご飯 クリームシチュー 小松菜とコーンのツナ和え オレンジ		ご飯 さけのマヨ焼き さつま芋の甘煮 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ		ご飯 松風焼き きゅうりの昆布あえ 青菜のすまし汁 梨		ご飯 さばのカレー風味焼き かぼちゃとれんこんのサラダ にらのみそスープ バナナ		ご飯 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		ご飯 カレーうどん キャベツのツナサラダ チーズ バナナ						
午後	牛乳、うす焼きせんべい		牛乳、ココナッツサブレ		牛乳、バナナケーキ		牛乳、カルシウムせんべい		牛乳、お魅きな粉ラスク		麦茶、鉄入りウエハース						
午前	8	牛乳	9	麦茶、ビスコ		10	牛乳		11	ぶどうジュース		12	牛乳		13	麦茶 うす焼きせんべい	
昼食	ビーンズライス コンソメスープ グレープフルーツ		ご飯 タラのホイル焼き 昆布の煮物 なすのみそ汁 バナナ		きのこことベーコンの和風パスタ 焼きかぼちゃ えのきのスープ オレンジ		豆腐の中華丼 焼きかぼちゃ えのきのスープ りんご		ご飯 鶏肉のごまみそ焼き バインサラダ 白菜とベーコンのスープ バナナ		ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ						
午後	牛乳、青のりポテト		牛乳、ぼたぼた焼		牛乳、ゆかりおにぎり		牛乳、カルシウムせんべい		牛乳、ギンビスアスパラガス		麦茶、ココナッツサブレ						
午前	15		16	牛乳		17	牛乳		18	りんごジュース		19	牛乳		20	麦茶、ぼたぼた焼	
昼食	敬老の日 		ご飯 ぶりの照り焼き じゃがいものごまネーズ 切り干し大根のみそ汁 オレンジ		お魅入り親子丼 ひじきの煮物 なめこのみそ汁 りんご		ご飯 レバーのオーロラソース添え ブロッコリーのゴマあえ 豆腐のすまし汁 バナナ		食育ごはん さばの蒲焼 春雨ときゅうりの中華風サラダ さつま芋のすんだ和え 茄子と油揚げのみそ汁 オレンジ		鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ						
午後			牛乳、ぱりんこ		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、わかめおにぎり		牛乳、たべっこどうぶつ		麦茶、星たべよ						
午前	22	牛乳	23			24	牛乳		25	野菜ジュース		26	牛乳		27	麦茶 うす焼きせんべい	
昼食	ご飯 スタミナ納豆 かぼちゃの甘煮 小松菜のみそ汁 オレンジ		秋分の日 		バターロールサンド ハンバーグ ゆで野菜 アンパンマンポテト バナナ		さけのそぼろ丼 ほうれん草ナムル 豚汁 オレンジ		ご飯 鶏肉のマーマレード焼き さつま芋のサラダ まいたけのみそ汁 りんご		ひじきチャーハン わかめスープ バナナ						
午後	牛乳 ギンビスアスパラガス				牛乳 おかかチーズおにぎり		牛乳、鉄入りウエハース		牛乳、ツナサンド		麦茶、ホームパイ						
午前	29	牛乳	30	麦茶 カルシウムせんべい													
昼食	和風カレー丼 きゅうりとカニカマの酢の物 物じゃがいものみそ汁 オレンジ		わかめご飯 さわらの西京焼き さつまいものさくさく揚げ 小松菜のすまし汁 キウイフルーツ														
午後	牛乳、じゃこマヨトースト		牛乳、マリービスケット														

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

鮭は、疲労回復に効果的な食材として非常に優れています。その主な理由は、鮭に含まれるオメガ3脂肪酸やビタミンD、良質なたんぱく質にあります。夏の疲れが残っている時期にはピッタリの食材です☆彡

おすすめメニュー
さけのそぼろ
丼!!



	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
	kcal	g	g	g
3才以上児	537	21.4	15.9	1.6
目標値	532	21.3	14.8	1.5
3才未満児	433	17.2	12.8	1.3
目標値	465	18.6	12.9	1.4



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳	2	麦茶、小魚せんべい	3	牛乳	4	ドリンクヨーグルト	5	牛乳	6	麦茶、ハイハイ
昼食	軟飯 クリームシチュー 小松菜とコーンのツナ和え オレンジ		軟飯 さけのマヨ焼き さつま芋の甘煮 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ		軟飯 松風焼き きゅうりの昆布あえ 青菜のすまし汁 梨		軟飯 さばのカレー風味焼き かぼちゃのサラダ にらのみそスープ バナナ		軟飯 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		カレーうどん キャベツのツナサラダ チーズ バナナ	
午後	牛乳、ひじきせんべい		牛乳、動物ビスケット		牛乳、バナナケーキ		牛乳、ひじきせんべい		牛乳、お麩きな粉ラスク		麦茶、かぼちゃクッキー	
午前	8	牛乳	9	麦茶、やさいかそく	10	牛乳	11	ぶどうジュース	12	牛乳	13	麦茶、やさいかそく
昼食	ビーンズライス コンソメスープ グレープフルーツ		軟飯 タラのホイル焼き 昆布の煮物 なすのみそ汁 バナナ		きのこことベーコンの和風パスタ 豆腐とわかめのみそ汁 オレンジ		豆腐の中華丼（軟飯） 焼きかぼちゃ えのきのスープ りんご		軟飯 鶏肉のごまみそ焼き キャベツのパンサラダ 白菜とベーコンのスープ バナナ		軟飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ	
午後	牛乳、青のりポテト		牛乳、どうぶつビスケット		牛乳、ゆかりおにぎり		牛乳、バナナクッキー		牛乳、小魚せんべい		ミルク、かぼちゃクッキー	
午前	15		16	牛乳	17	牛乳	18	りんごジュース	19	牛乳	20	麦茶、ハイハイ
昼食	敬老の日 		軟飯、 ぶりの照り焼き じゃがいものごまネーズ 切り干し大根のみそ汁 オレンジ		軟飯 お麩と鶏肉の煮物 ひじきの煮物 なめこのみそ汁 りんご		軟飯 レバーのオーロラソースがけ ブロッコリーのゴママヨあえ 豆腐のすまし汁		軟飯 さばの蒲焼 春雨ときゅうりの中華風サラダ さつま芋のすんだ和え 茄子と油揚げのみそ汁 オレンジ		鶏の照り焼き丼(軟飯) 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ	
午後			牛乳、ウエハース		麦茶、バナナヨーグルト		牛乳、わかめおにぎり		牛乳、どうぶつビスケット		麦茶、かぼちゃクッキー	
午前	22	鉄入り牛乳	23		24	牛乳	25	野菜ジュース	26	牛乳	27	麦茶、やさいかそく
昼食	軟飯 スタミナ納豆 かぼちゃの甘煮 小松菜のみそ汁 オレンジ		秋分の日 		バターロールサンド ハンバーグ ゆで野菜 アンパンマンポテト バナナ		さけのそぼろ丼（軟飯） ほうれん草ナムル 豚汁 オレンジ		軟飯 鶏肉のマーマレード焼き さつま芋のサラダ まいたけのみそ汁 りんご		ひじきチャーハン(軟飯) わかめスープ バナナ	
午後	牛乳、バナナクッキー				牛乳 おなかチーズおにぎり（軟飯）		牛乳、どうぶつビスケット		牛乳、ツナサンド		ミルク、バナナクッキー	
午前	29	牛乳	30	麦茶、やさいかそく	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。							
昼食	和風カレー丼(軟飯) きゅうりの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		軟飯 さわらの西京焼き さつまいものさくさく揚げ 小松菜のすまし汁 バナナ									
午後	牛乳、じゃこマヨトースト		牛乳、かぼちゃクッキー									

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
	kcal	g	g	g
3才以上児	537	21.4	15.9	1.6
目標値	532	21.3	14.8	1.5
3才未満児	433	17.2	12.8	1.3
目標値	465	18.6	12.9	1.4



月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		
午前	1	麦茶、ヨーグルト	2	麦茶、ヨーグルト	3	麦茶、ヨーグルト	4	麦茶、ヨーグルト	5	麦茶、ヨーグルト	6	麦茶、ハイハイ					
昼食	5倍粥 クリームシチュー 小松菜とコーンのツナ和え オレンジ		5倍粥 さけのしょうゆ煮 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ		5倍粥 松風焼き 青菜のすまし汁 梨		5倍粥 鮭煮 かぼちゃのみそスープ バナナ		5倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		肉やさいうどん キャベツのツナサラダ バナナ						
午後	ミルク、ひじきせんべい		ミルク、どうぶつビスケット		ミルク、バナナ		ミルク、ひじきせんべい		ミルク、やさいかそく		ミルク、かぼちゃクッキー						
午前	8	麦茶、ヨーグルト	9	麦茶、ヨーグルト	10	麦茶、ヨーグルト	11	麦茶、ヨーグルト	12	麦茶、ヨーグルト	13	麦茶、やさいかそく					
昼食	5倍粥 野菜のトマト煮 コンソメスープ オレンジ		5倍粥 たらときのこ煮 なすのみそ汁 バナナ		きのこの和風パスタ 豆腐とわかめのみそ汁 オレンジ		5倍粥 豆腐の野菜あん えのきとかぼちゃのスープ りんご		5倍粥、 鶏肉の照り煮 白菜スープ オレンジ		5倍粥 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ						
午後	ミルク、手づかみポテト		ミルク、どうぶつビスケット		ミルク、おかか5倍粥		ミルク、バナナクッキー		小魚せんべい、ミルク		ミルク、かぼちゃクッキー						
午前	15		16	麦茶、ヨーグルト	17	ミルク、ヨーグルト	18	麦茶、ヨーグルト	19	ヨーグルト	20	麦茶、ハイハイ					
昼食			5倍粥 鮭と野菜の煮物 切り干し大根のみそ汁 オレンジ		5倍粥 お麩と鶏肉の煮物 ひじきの煮物 なめこのみそ汁 りんご		5倍粥 鶏ささみとブロッコリーの甘辛煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ		5倍粥 焼き鮭の青のりあんかけ キャベツと切干大根の含め煮 なすと刻みきのこのみそ汁 オレンジ		全粥 鶏肉のとりみ煮 納豆と大根のみそ汁 オレンジ						
午後			ミルク、ミルクウエハース		ミルク、バナナ		ミルク、きな粉粥		ミルク、ひじきせんべい		麦茶、ひじきせんべい						
午前	22	麦茶、ヨーグルト	23		24	麦茶、ヨーグルト	25	麦茶、ヨーグルト	26	麦茶、ヨーグルト	27	麦茶、やさいかそく					
昼食	5倍粥 スタミナ納豆 小松菜のみそ汁 オレンジ				パン粥 ハンバーグ ブロッコリーのスープ バナナ		5倍粥 鮭煮 じゃがいもの味噌汁 オレンジ		5倍粥 鶏肉の照り焼き まいたけのみそ汁 りんご		5倍粥 野菜とろみ煮 わかめスープ バナナ						
午後	ミルク、バナナクッキー				ミルク、おかか5倍粥		ミルク、どうぶつビスケット		ミルク、ツナパン粥		ミルク、バナナクッキー						
午前	29	麦茶、ヨーグルト	30	麦茶、ヨーグルト	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。 												
昼食	5倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		5倍粥 鮭とさつま芋煮 小松菜のすまし汁 バナナ														
午後	ミルク、パン粥		ミルク、かぼちゃクッキー														





	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	麦茶、ヨーグルト	2	麦茶、ヨーグルト	3	麦茶、ヨーグルト	4	麦茶、ヨーグルト	5	麦茶、ヨーグルト	6	麦茶、ハイハイ
昼食	7倍粥 クリームシチュー 小松菜のツナの煮物 オレンジ		7倍粥 さけのだし煮 豆腐のスープ バナナ		7倍粥 豆腐のとろみ煮 青菜のすまし汁 梨		7倍粥 鮭煮 かぼちゃのスープ バナナ		7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものすまし汁 オレンジ		肉やさいうどん キャベツのツナサラダ バナナ	
午後	ミルク、ひじきせんべい		ミルク、ハイハイ		ミルク、バナナ		ミルク、ひじきせんべい		ミルク、やさいかそく		ミルク、小魚せんべい	
午前	8	麦茶、ヨーグルト	9	麦茶、ヨーグルト	10	麦茶、ヨーグルト	11	麦茶、ヨーグルト	12	麦茶、ヨーグルト	13	麦茶、やさいかそく
昼食	7倍粥、 野菜のトマト煮 コンソメスープ オレンジ		7倍粥 さけ煮 なすのすまし汁 バナナ		和風ツナパスタ 豆腐のスープ オレンジ		7倍粥 豆腐の野菜あん かぼちゃのスープ りんご		7分粥 鶏ささ身のだし煮 白菜スープ オレンジ		7倍粥 ツナじゃが 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ	
午後	ミルク、ゆでじゃがいも		ミルク、ハイハイ		ミルク、おかか7倍粥		ミルク、小魚せんべい		ミルク、やさいかそく		ミルク、ひじきせんべい	
午前	15		16	麦茶、ヨーグルト	17	麦茶、ヨーグルト	18	麦茶、ヨーグルト	19	ヨーグルト	20	麦茶、ハイハイ
昼食			7倍粥 鮭のだし煮 ほうれん草のすまし汁 オレンジ		7倍粥 お麴入り鶏のそぼろ煮 大根のすまし汁 りんご		7倍粥 鶏ささみと野菜の煮物 豆腐のすまし汁 バナナ		7倍粥 鮭のとろみ煮 なすのすまし汁 オレンジ		7倍粥 納豆 大根のすまし汁 オレンジ	
午後			ミルク、ハイハイ		ミルク、バナナ		ミルク、きな粉7倍粥		ミルク、ひじきせんべい		麦茶、やさいかそく	
午前	22	麦茶、ヨーグルト	23		24	麦茶、ヨーグルト	25	麦茶、ヨーグルト	26	麦茶、ヨーグルト	27	麦茶、やさいかそく
昼食	7倍粥 納豆とひき肉のそぼろ 小松菜のすまし汁 オレンジ				パン粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのスープ バナナ		7倍粥 鮭の煮物 野菜ののすまし汁 オレンジ		7倍粥 鶏ささみのとろみ煮 さつま芋のすまし汁 りんご		7倍粥 野菜と鶏ひき肉のとろみ煮 小松菜スープ バナナ	
午後	ミルク、ひじきせんべい				ミルク、おかか7倍粥		ミルク、やさいかそく		ミルク、ツナパン粥		麦茶、小魚せんべい	
午前	29	麦茶、ヨーグルト	30	麦茶、ヨーグルト	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。 							
昼食	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものすまし汁 オレンジ		7倍粥 鮭のだし煮 小松菜のすまし汁 バナナ									
午後	ミルク、パン粥		ミルク、ハイハイ									





月曜日			火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳	2	麦茶、ヨーグルト	3	牛乳	4	ドリンクヨーグルト	5	牛乳	6	麦茶、ヨーグルト
昼食	ご飯 クリームシチュー 小松菜とコーンのツナ和え オレンジ		ご飯 さけのマヨ焼き さつま芋の甘煮 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ		ご飯 松風焼き きゅうりの昆布あえ 青菜のすまし汁 梨		ご飯 さばのカレー風味焼き かぼちゃとれんこんのサラダ にらのみそスープ バナナ		ご飯 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		カレーライス キャベツのツナサラダ チーズ バナナ	
午後	牛乳、せんべい		牛乳、せんべい		牛乳、バナナヨーグルト		牛乳、せんべい		牛乳、わかめおにぎり		麦茶、せんべい	
午前	8	牛乳	9	麦茶、ヨーグルト	10	牛乳	11	ぶどうジュース	12	牛乳	13	麦茶、ヨーグルト
昼食	ピーンズライス コンソメスープ グレープフルーツ		ご飯 タラのホイル焼き 昆布の煮物 なすのみそ汁 バナナ		ご飯 きのことベーコンの和風炒め 豆腐とわかめのみそ汁 オレンジ		豆腐の中華丼 焼きかぼちゃ えのきのスープ りんご		ご飯 鶏肉のごまみそ焼き パインサラダ 白菜とベーコンのスープ バナナ		ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ	
午後	牛乳、青のりポテト		牛乳、せんべい		牛乳、ゆかりおにぎり		牛乳、せんべい		牛乳、せんべい		麦茶、せんべい	
午前	15		16	牛乳	17	牛乳	18	りんごジュース	19	牛乳	20	麦茶、ヨーグルト
昼食	敬老の日 		ご飯 ぶりの照り焼き じゃがいものごまネーズ 切り干し大根のみそ汁 オレンジ		鶏肉丼 ひじきの煮物 なめこのみそ汁 りんご		ご飯 レバーのオーロラソース添え ブロッコリーのゴマあえ 豆腐のすまし汁 バナナ		食育ごはん さばの蒲焼 春雨ときゅうりの中華風サラダ さつま芋のずんだ和え 茄子と油揚げのみそ汁 オレンジ		鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ	
午後			牛乳、せんべい		麦茶、フルーツヨーグルト		牛乳、わかめおにぎり		牛乳、せんべい		麦茶、せんべい	
午前	22	牛乳	23		24	牛乳	25	野菜ジュース	26	牛乳	27	麦茶、ヨーグルト
昼食	ご飯、 スタミナ納豆 かぼちゃの甘煮 小松菜のみそ汁 オレンジ		秋分の日 		ご飯 鶏肉のマーマレード焼き さつま芋のサラダ まいたけのみそ汁 りんご		さけのそぼろ丼 ほうれん草ナムル 豚汁 バナナ		ご飯 コーンハンバーグ スティック野菜 おくらスープ パイン缶		ひじきチャーハン わかめスープ バナナ	
午後	牛乳、せんべい				牛乳、ツナおにぎり		牛乳、せんべい		牛乳、おかかチーズおにぎり		麦茶、せんべい	
午前	29	牛乳	30	牛乳、ヨーグルト	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 							
昼食	和風カレー丼 きゅうりとカニカマの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		わかめご飯 鮭の西京焼き さつま芋と昆布の煮物 小松菜のすまし汁 バナナ									
午後	牛乳、じゃこおにぎり		牛乳、せんべい									

2025年

