

9月行事・献立予定

令和7年度 こしき保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	3歳未満児 朝のおやつ	3時のおやつ
1	月	安全指導週間	御飯 なすのポロネーゼ 青のりポテト ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ オレンジ	米 スパゲティ なす 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン トマト じゃがいも 青のり ブロッコリー キャベツ パセリ 玉ねぎ しめじ 人参 オレンジ	豆乳 サンドビスケット	牛乳 クッキー
2	火	身体測定（以上児）	御飯 鮭の味噌だれ ブロッコリーのおかか和え 沢煮碗 バナナ	米 鮭 ごま ブロッコリー ひじき 人参 かつお節 豚肉 人参 ごぼう しいたけ たけのこ 水菜 バナナ	牛乳 煎餅	牛乳 マカロニあべ川
3	水		御飯 筑前煮 スティックきゅうり 生揚げの味噌汁 オレンジ	米 鶏肉 人参 れんこん ごぼう 里芋 しいたけ いんげん きゅうり 玉ねぎ ねぎ 生揚げ 人参 オレンジ	牛乳 バナナ	フルーツゼリー
4	木		御飯 レバーの中華漬け 元気になるお浸し わかめのすまし汁 バナナ	米 豚レバー にんにく ねぎ しょうが ごま ほうれん草 小松菜 もやし 人参 昆布佃煮 玉ねぎ わかめ ねぎ バナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 かりんとう風トースト
5	金	布団持ち帰り	御飯 揚げ餃子 中華和え ベーコンスープ グレープフルーツ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ しょうが きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 卵 玉ねぎ ベーコン パセリ 人参 グレープフルーツ	牛乳 ウエハース	牛乳 かみかみせんべい
6	土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース せんべい
8	月		御飯 ラーメン 根菜の煮物 オレンジ	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ 鶏肉 人参 ごぼう しめじ いんげん オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 ビスケット
9	火	身体測定（未満児）	御飯 白身魚の磯辺揚げ 添え菜 小松菜のごま和え そうめんのすまし汁 バナナ	米 おひょう 青のり レタス 小松菜 もやし 人参 ごま そうめん かまぼこ わかめ ねぎ バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 ホットケーキ
10	水		御飯 麻婆ナス ちくわときゅうりの酢の物 ほうれん草のすまし汁 梨	米 豚肉 なす 豆腐 ねぎ しょうが にんにく ちくわ しらす きゅうり 人参 ごま ほうれん草 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ 梨	豆乳 米菓子	牛乳 マカロニかりんとう
11	木		御飯 肉じゃが かまぼこの酢の物 なめこ汁 バナナ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 いんげん かまぼこ 人参 キャベツ きゅうり 春雨 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ バナナ	牛乳 米菓子	牛乳 ツナサンド
12	金	布団持ち帰り	野菜カレーライス りんごサラダ チーズ オレンジ	米 南瓜 なす 玉ねぎ トマト 豚肉 ビーマン キャベツ りんご 人参 きゅうり チーズ オレンジ	牛乳 スティックパン	牛乳 かみかみ小魚
13	土				牛乳 サブレ	りんごジュース せんべい
16	火		御飯 肉うどん ポイルウインナー ブロッコリーのごま和え ふりかけ パン	米 うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 ねぎ かまぼこ ウインナー ブロッコリー 人参 ごま しらす ゆかり ごま パン	牛乳 ボーロ	プリン
17	水	未満児参観日	御飯 煮魚 春雨の中華和え 野菜のすまし汁 バナナ	米 赤魚 生姜 春雨 人参 もやし きゅうり ハム 卵 小松菜 大根 人参 えのき ひじき ねぎ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 クラッカー
18	木	おはなしのもり	御飯 揚げ豚の三色和え きつねサラダ きのこのすまし汁 梨	米 豚肉 ほうれん草 人参 パイン 生姜 油揚げ 大根 人参 きゅうり ツナ えのき しめじ 玉ねぎ 梨	オレンジゼリー	牛乳 カルシウムせんべい
19	金	園開放 食育の日 布団持ち帰り	御飯 ★鶏肉の梅唐揚げ キャベツとツナの胡麻和え 豆乳味噌スープ オレンジ	鶏肉 梅 キャベツ きゅうり 人参 ツナ ごま 南瓜 玉ねぎ 小松菜 豆乳 オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 ★みだらしマカロニ
20	土				牛乳 ソフトせんべい	オレンジジュース クラッカー
22	月		御飯 和風スパゲティ 人参しりしり にら玉スープ グレープフルーツ	米 スパゲティ 玉ねぎ しめじ 小松菜 ベーコン 人参 ツナ にら 玉ねぎ えのき 卵 グレープフルーツ	豆乳 煎餅	牛乳 カナッパ
24	水	避難訓練	御飯 鶏のパンパンジー焼き しらすサラダ さつま芋の味噌汁 オレンジ	米 鶏肉 生姜 ごま きゅうり 大根 コーン しらす さつま芋 ほうれん草 玉ねぎ オレンジ	牛乳 ウエハース	ヨーグルト
25	木	誕生会	おめでとうランチ	米 鶏肉 人参 椎茸 ごぼう しめじ えのき なんと 豚肉 ブロッコリー レタス きゅうり スパゲティ ベーコン 玉ねぎ 人参 ビーマン 大根漬け パン	飲むヨーグルト	フルーツパフェ
26	金	布団持ち帰り	御飯 鯖の胡麻みそ焼き かみかみ和え わかめ汁 オレンジ	米 鯖 ごま 生姜 切干大根 きゅうり 人参 ハム ごま はんぺん わかめ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 かみかみかりんとう
27	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース 塩せんべい
29	月		御飯 五目焼きそば 野菜のゆかり和え わかめのすまし汁 バナナ	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 キャベツ ビーマン 青のり ブロッコリー きゅうり 人参 梅しそ わかめ 生揚げ 人参 玉ねぎ ねぎ バナナ	牛乳 米菓子	牛乳 サンドビスケット
30	火		御飯 タンドリーフィッシュ マカロニサラダ ビーフンスープ パイン	米 鮭 生姜 ヨーグルト マカロニ レタス きゅうり 人参 ハム ビーフン 玉ねぎ キャベツ もやし 人参 しいたけ ねぎ パイン	牛乳 せんべい	切り干し大根の おにぎり

おめでとうランチ・・・大山おこわ トンカツ ブロッコリーサラダ ナポリタンスパゲティ 大根漬け パイン
食育の日のサンプル展示は3歳児です。主食（御飯）の量は100gです。
今月の果物はバナナ、オレンジ、パイン、梨、グレープフルーツ、りんごを予定しています。
都合により献立を変更する場合があります。
★印は新メニューです。