

令和7年9月 給食献立表

社会福祉法人多摩養育園
光明第四こども園

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3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	
1月	豆乳 きゅうりスティック	カレーライス(非常食)、牛乳、おからサラダ、バナナ	アルファ化米、じゃがいも、○もち米、マヨネーズ、○片栗粉、油、○ごま油、砂糖	牛乳、○豚ひき肉、おから、○木綿豆腐、ハム、◎豆乳	バナナ、ミニブロッコリー、にんじん、コーン缶、○たまねぎ、たまねぎ、○干しいたけ、○しょうが、◎きゅうり	麦茶 真珠蒸し
2火	飲むヨーグルト	ごはん、麩のみそ汁、厚揚げの味噌カツ、ほうれん草のごま和え、梨	米、○パイ皮、パン粉、小麦粉、油、玄米、小町麩、三温糖、砂糖	○牛乳、生揚げ、○ハム、○とろけるチーズ、米みそ、赤みそ、すりごま(白)、◎ヨーグルト(ドリンク)	なし、ほうれんそう、にんじん、カットわかめ	牛乳 ハムチーズパイ
3水	豆乳 大根スティック	菜飯ごはん、きのこのすまし汁、たらのマヨコーン焼き、にんじんシリシリ、キウイフルーツ	米、○食パン、マヨネーズ、玄米、ごま油	○牛乳、たら、○ゆであずき缶、卵、○バター、白いりごま、◎豆乳	にんじん、キウイフルーツ、しめじ、コーン缶、えのきたけ、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、だいこん(葉)、◎だいこん	牛乳 小倉トースト
4木	飲むヨーグルト	バターロール、豆乳スープ、チーズはんぺんフライ、グリーンサラダ、オレンジ	ロールパン、小麦粉、パン粉、○バナッパ、油、○スーパーカップ	調製豆乳、はんぺん、ベーコン、チーズ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、レタス、クリームコーン缶、ほうれんそう、キャベツ、きゅうり、しめじ、調味漬、にんじん、たまねぎ	麦茶 選べるアイス
5金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、なすのみそ汁、鶏肉のマーマレード焼き、ひじきと豆腐のサラダ、グレープフルーツ	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、玄米、砂糖、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉、水切り豆腐、○卵、○無塩バター、油揚げ、米みそ、すりごま、◎豆乳	グレープフルーツ、れんこんいちょう切り、なす、えだまめ、にんじん、マーマレード、あさつき、ひじき	牛乳 マドレーヌ
6土	豆びよココア	盛岡じゃじゃ麺、春巻き、きゅうりともやしのゆかりあえ、バナナ	ゆでうどん、バリバリ春巻き、○メロンパン、油、砂糖	○牛乳、豚ひき肉、米みそ、かつお節、白いりごま、◎豆乳飲料	バナナ、きゅうり、もやし、たまねぎ、にんじん	牛乳 バニラメロンパン
8月	豆乳 きゅうりスティック	八王子ラーメン、えびとはんぺんの変わり揚げ、キャベツの塩昆布あえ、グレープフルーツ	ゆで中華めん、○おつゆ麩、油、○油、片栗粉	○牛乳、水切り豆腐、はんぺん、焼き豚、えび(むき身)、◎豆乳	グレープフルーツ、キャベツ、たまねぎ、もやし、ほうれんそう、コーン缶、たけのこ(塩蔵しなちく)、にんじん、塩こんぶ、◎きゅうり	牛乳 お麩スナック
9火	飲むヨーグルト	ごはん、鶏のすまし汁、かれいの西京焼き、ほうれん草と菊のお浸し、梨	米、○食パン、○砂糖、玄米	○牛乳、かれい、西京みそ、鶏ささ身、○バター、かつお節、○きな粉、◎ヨーグルト(ドリンク)	ほうれんそう、なし、たけのこ(水煮缶)、もやし、きく花、みつば、こんぶ(だし用)	牛乳 きなこサンドパン
10水	豆乳 大根スティック	あんかけパスタ、牛乳、青のりハッシュドポテト、ブロッコリーとしらす和え、オレンジ	ハッシュドポテト、スパゲティ、○米、○天かす、片栗粉	牛乳、ウインナー、しらす干し、バター、○干しえび、◎豆乳	オレンジ、ミニブロッコリー、たまねぎ、もやし、ピーマン、マッシュルーム、○万能ねぎ、あおのり、◎だいこん	麦茶 天むす風おにぎり
11木	飲むヨーグルト	ビビンバ、中華風コーンスープ、春雨サラダ、パイン	米、○ぎょうざの皮、はるさめ、玄米、砂糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、豚ひき肉、卵、ハム、えごま(乾)、◎ヨーグルト(ドリンク)	パイナップル、クリームコーン缶、ねぎ、きゅうり、緑豆もやし、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、チンゲンサイ、○焼きのり	牛乳 しょうゆせんべい
12金	白ぶどう&ほうれん草	赤飯、みつばと麩のすまし汁、さばの塩焼き、小松菜の煮浸し、梨	赤飯、○さつまいも、○砂糖、てまり麩	さば、○こしあん(生)、油揚げ、黒ごま	こまつな、なし、にんじん、えのきたけ、みつば、○かんでん(粉)	麦茶 二色ようかん
13土	豆びよいちご	ツナサンド、クラムチャウダー、チキンナゲット、バナナ	食パン、じゃがいも、マヨネーズ	チキンナゲット、牛乳、ツナ水煮缶、あさり、◎豆乳飲料	バナナ、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム	麦茶 たいやき
15月	敬老の日 					
16火	飲むヨーグルト	ごはん、麩のみそ汁、ヒレカツ、ほうれん草の納豆和え、グレープフルーツ	米、○パイ皮、パン粉、油、小麦粉、玄米、小町麩、三温糖	○牛乳、豚肉(ヒレ)、○ハム、○とろけるチーズ、米みそ、◎ヨーグルト(ドリンク)、納豆	グレープフルーツ、ほうれんそう、だいこん(たくあん)、カットわかめ	牛乳 ハムチーズパイ
17水	豆乳 大根スティック	菜飯ごはん、きのこのすまし汁、たらのマヨコーン焼き、にんじんシリシリ、キウイフルーツ	米、○食パン、マヨネーズ、玄米、ごま油	○牛乳、たら、○ゆであずき缶、卵、○バター、白いりごま、◎豆乳	にんじん、キウイフルーツ、しめじ、コーン缶、えのきたけ、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、だいこん(葉)、◎だいこん	牛乳 小倉トースト
18木	飲むヨーグルト	バターロール、豆乳スープ、チーズはんぺんフライ、グリーンサラダ、オレンジ	ロールパン、小麦粉、パン粉、○砂糖、油、○リッツ	○ヨーグルト(無糖)、調製豆乳、はんぺん、ベーコン、チーズ、○脱脂粉乳、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、レタス、クリームコーン缶、ほうれんそう、キャベツ、きゅうり、しめじ、○ストロベリーソース、○うめ干し、調味漬、○パイナップル、にんじん、たまねぎ	麦茶 ジャムのせヨーグルトリッツクラッカー
19金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、なすのみそ汁、鶏肉のマーマレード焼き、ひじきと豆腐のサラダ、グレープフルーツ	米、○ホットケーキ粉、○小麦粉、マヨネーズ、○砂糖、玄米、砂糖、片栗粉、○メーブルシロップ	○牛乳、鶏もも肉、水切り豆腐、油揚げ、○バター、○卵、米みそ、すりごま、◎豆乳	グレープフルーツ、れんこんいちょう切り、なす、えだまめ、にんじん、マーマレード、あさつき、ひじき	牛乳 クッキー屋さん
20土	豆びよココア	カレーライス、牛乳、切り干し大根のコールスロー風サラダ、バナナ	米、じゃがいも、玄米、マヨネーズ	牛乳、豚肉(肩ロース)、○ホイップクリーム、○ヨーグルト(無糖)、ハム、◎豆乳飲料	バナナ、たまねぎ、コーン缶、切り干しだいこん、にんじん、○ストロベリーソース	麦茶 ヨーグルトクレープ
22月	豆乳 きゅうりスティック	八王子ラーメン、えびとはんぺんの変わり揚げ、キャベツの塩昆布あえ、グレープフルーツ	ゆで中華めん、○もち米、○米、油、○砂糖、片栗粉	○こしあん(生)、水切り豆腐、はんぺん、焼き豚、えび(むき身)、○きな粉、◎豆乳	グレープフルーツ、キャベツ、たまねぎ、もやし、ほうれんそう、コーン缶、たけのこ(塩蔵しなちく)、にんじん、塩こんぶ、◎きゅうり	麦茶 きな粉おはぎ
23火	秋分の日 					
24水	豆乳 大根スティック	ミートソーススパゲティ、牛乳、青のりハッシュドポテト、ブロッコリーとしらす和え、オレンジ	ハッシュドポテト、マカロニスパゲティ、○米、三温糖、○天かす	牛乳、豚ひき肉、バター、しらす干し、○干しえび、◎豆乳	オレンジ、ミニブロッコリー、たまねぎ、もやし、ホールトマト缶詰、にんじん、グリーンピース(冷凍)、○万能ねぎ、あおのり、セロリー、◎だいこん	麦茶 天むす風おにぎり
25木	飲むヨーグルト	ビビンバ、中華風コーンスープ、春雨サラダ、パイン	米、○ぎょうざの皮、はるさめ、玄米、砂糖、ごま油、○マヨネーズ、片栗粉	○牛乳、豚ひき肉、卵、ハム、○たらこ、えごま(乾)、◎ヨーグルト(ドリンク)	パイナップル、クリームコーン缶、ねぎ、きゅうり、緑豆もやし、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、チンゲンサイ、○焼きのり	牛乳 たらこマヨせんべい
26金	豆乳 おしゃぶり昆布	ふりかけご飯、みつばと麩のすまし汁、さばの塩焼き、小松菜の煮浸し、梨	米、○さつまいも、○砂糖、玄米、てまり麩	さば、油揚げ、◎豆乳	こまつな、なし、にんじん、えのきたけ、みつば、○かんでんクック	麦茶 いもようかん
27土	豆びよいちご	鶏飯、海老シュウマイ、ほうれん草の磯あえ、バナナ	しゅうまい(冷凍)、米、○グラニュー糖、○小麦粉、砂糖	○牛乳、○クリームチーズ、鶏ささ身、○生クリーム、錦糸卵、○卵、○バター、えび、◎豆乳飲料	バナナ、ほうれんそう、もやし、にんじん、だいこん(つぼ漬)、○レモン果汁、焼きのり、刻みのり	牛乳 スティックチーズケーキ
29月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、かぼちゃのみそ汁、さんまのかば焼き、キャベツと竹輪のボンマヨあえ、グレープフルーツ	米、○さつまいも、玄米、マヨネーズ、油、小麦粉、砂糖	○牛乳、さんま、米みそ、ちくわ、◎豆乳	グレープフルーツ、キャベツ、かぼちゃ、にんじん、いんげん、ねぎ、カットわかめ、しょうが、◎きゅうり	牛乳 おにまんじゅう
30火	飲むヨーグルト	タコライス、きのこのスープ、おからサラダ、オレンジ・パイン	米、○リッツ、○はるさめ、マヨネーズ、三温糖、ポテトチップス、○ホットケーキ粉、○粉糖、砂糖	○牛乳、豚ひき肉、○こしあん(生)、おから、ハム、サラダチーズ、○バター、バター、○卵、◎ヨーグルト(ドリンク)	ミニブロッコリー、オレンジ、パイナップル、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ホールトマト缶詰、しいたけ、レタス、しめじ、グリーンピース(冷凍)、トマト、セロリー	牛乳 誕生日デザート



☆ 一日あたりの平均給与量 ☆							
エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2
3歳以上児 519kcal	20.7g	18.7g	225mg	2.1mg	177μg	0.37mg	0.40mg
3歳未満児 479kcal	20.1g	17.3g	248mg	2.3mg	145μg	0.31mg	0.40mg
							33mg

・仕入等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。



☆ 今月の行事食 ☆

- 1日: 防災の日
- 2日: 精進料理
- 3日: 菜飯ごはん・小倉トースト(愛知県)
- 9日: 重陽の節句
- 10日: あんかけパスタ・天むす風おにぎり(愛知県)
- 12日: 敬老の日
- 19日: クッキー屋さん
- 29日: おにまんじゅう(愛知県)

