

# 令和7年9月献立表

| 日付      | 献立名                                                                                                                                 |                       |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|         | 昼食                                                                                                                                  | おやつ                   |
| 1<br>月  | 非常食わかめごはん<br>非常食豚汁<br>非常食フルーツ缶                                                                                                      | ◎非常食クラッカー             |
| 2<br>火  | ごはん<br>さばのごまみそ焼き<br>ひじきとほうれん草のサラダ<br>けんちん汁                                                                                          | ◎手作り水ようかん             |
| 3<br>水  | みそラーメン<br>シュウマイ<br>梨                                                                                                                | ◎鮭おにぎり                |
| 4<br>木  | いわしの蒲焼丼<br>切干大根の煮付け<br>みそ汁（わかめ）                                                                                                     | ◎きかん棒 牛乳<br>◎未満児：星たべよ |
| 5<br>金  | そぼろ丼<br>かぼちゃの煮物<br>みそ汁（わかめ）                                                                                                         | ◎ももゼリー                |
| 8<br>月  | ごはん（有機米）<br>久手大根と厚揚げの煮物<br>ささげのサラダ<br>みそ汁（まいたけ）  | ◎米粉黒糖蒸しパン             |
| 9<br>火  | ゆかりごはん<br>さかなの塩麴唐揚げ<br>ひじきの五目煮<br>みそ汁                                                                                               | ◎ミルクステック 牛乳           |
| 10<br>水 | 焼きそば                                                                                                                                | ◎フルーツラムネ              |
| 11<br>木 | 雑穀ごはん<br>豚肉の生姜焼き<br>小松菜の納豆和え<br>みそ汁（きゃべつ）                                                                                           | ◎サンドクラッカー 牛乳          |
| 12<br>金 | ロールパン<br>えびマヨ<br>にんじんサラダ<br>野菜スープ                                                                                                   | ◎ミレービスケット ジョア         |

# こま草保育園

| 日付      | 献立名                                               |                                   |
|---------|---------------------------------------------------|-----------------------------------|
|         | 昼食                                                | おやつ                               |
| 16<br>火 | ごはん<br>鶏の照り焼き<br>小松菜とカリカリじゃこのお浸し<br>みそ汁（たまねぎ・わかめ） | ◎塩せんべい                            |
| 17<br>水 | 味噌ごはん<br>豆腐の肉みそかけ<br>すまし汁                         | ◎いちごステックケーキ 牛乳                    |
| 18<br>木 | 納豆ごはん<br>飛騨牛とごぼうの炒め煮<br>みそ汁                       | ◎国産桃のタルト 牛乳                       |
| 19<br>金 | ごはん<br>魚の煮付け<br>蓮根のさんぴら<br>みそ汁                    | ◎フルーチェ                            |
| 22<br>月 | カレーライス<br>キャベツのツナサラダ<br>ヨーグルト                     | ◎手作り豆腐とココアの<br>もちっとケーキ            |
| 24<br>水 | きのこうどん<br>国産かぼちゃのひき肉フライ<br>国産和梨ゼリー                | ◎きなこおはぎ<br>◎未満児：アンパンマンベビー<br>せんべい |
| 25<br>木 | ごはん<br>鮭のレモン焼き<br>ほうれん草とコーンのサラダ<br>さつま汁           | ◎豆乳クッキー 牛乳                        |
| 26<br>金 | ごはん<br>鶏の唐揚げ<br>きつね和え<br>みそ汁（大根）                  | ◎ねじりんぼ                            |
| 29<br>月 | 納豆ごはん<br>豆腐ハンバーグ<br>みそ汁（かぼちゃ）                     | ◎お菓子 牛乳                           |
| 30<br>火 | 麦ごはん<br>鶏肉と秋野菜の揚げ煮<br>春雨の三杯酢<br>みそ汁（なめこ）          | ◎柿<br>◎未満児：むらさき芋せんべい              |