



令和7年9月

献立表

八幡こぼと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主食	昼食	午後おやつ
1	月	ぶどうジュース	マジックライス	牛丼 フルーツミックス缶 ※防災食	野菜ジュース 甘辛せんべい ※防災食
2	火	塩せんべい 牛乳	ご飯	サーモンのセサミフライ 田舎豆 オレンジ 麦茶	★ほうれん草とチーズのホットケーキ (未)麦茶 (以)牛乳
3	水	パイ菓子 麦茶	食パン	厚揚げのミートソース煮 パリパリサラダ 牛乳 グレープフルーツ 麦茶	★五目ごぼん 麦茶
4	木	青のりせんべい 牛乳	ご飯	さばの味噌煮 のりっこりー トマト パナナ 麦茶	★大根餅 (未)麦茶 (以)牛乳
5	金	ウエハース 牛乳	ご飯	千草焼き おから煮 もずくのみそ汁 オレンジ 麦茶	カステラ (未)麦茶 (以)牛乳
6	土	カルシウムせんべい 麦茶	ご飯	ブルコギ丼 わかめスープ グレープフルーツ 麦茶	乳飲料 塩せんべい ビスケット
7	日				
8	月	クラッカー 牛乳	ご飯	しらすの和風オムレツ なす炒り パナナ 麦茶	★フライドポテト (未)麦茶 (以)牛乳
9	火	甘辛せんべい 牛乳	納豆ご飯	松風焼き 野菜のツナ和え オレンジ 麦茶	★きなこラスク (未)麦茶 (以)牛乳
10	水	ビスケット 牛乳	きつねうどん	サーモンの照り焼き キャベツの海苔酢和え グレープフルーツ 麦茶	ヨーグルト パイ菓子 麦茶
11	木	塩せんべい 牛乳	ご飯	ひよこ豆と豚肉のカレー もやしの変わり漬け パナナ 麦茶	★ジャージャー麵 (未)麦茶 (以)牛乳
12	金	パイ菓子 牛乳	ご飯	カレイのパン粉焼き かぼちゃグラタン トマト オレンジ 麦茶	レーズンパン (未)麦茶 (以)牛乳
13	土	青のりせんべい 麦茶	ご飯	ビビンバ丼 なめこと豆腐のみそ汁 グレープフルーツ 麦茶	豆乳飲料 甘辛せんべい クラッカー
14	日				
15	月			敬老の日	
16	火	ウエハース 牛乳	ご飯	カツオの竜田揚げ すき昆布煮 パナナ 麦茶	★おつきさま蒸しパン (未)麦茶 (以)牛乳
17	水	カルシウムせんべい 牛乳	コッペパン	れんこんときのこのキッシュ うまっこりー ミネストローネ オレンジ 麦茶	★手作りなめたけのごぼん 麦茶
18	木	クラッカー 牛乳	ご飯	豚肉と豆腐の生姜炒め きゅうりの梅肉和え グレープフルーツ 麦茶	★スイートポテト (未)麦茶 (以)牛乳
19	金	りんごジュース	バター醤油コーンごはん	チーズミートローフ シルバーサラダ ワンタンスープ 梨 麦茶	2種のロールケーキ (未)麦茶 (以)牛乳
20	土	甘辛せんべい 麦茶	ご飯	厚揚げの中華煮 さつまいもとほうれん草のみそ汁 パナナ 麦茶	野菜ジュース パイ菓子 塩せんべい
21	日				
22	月	ビスケット 牛乳	ご飯	カジキのコーンクリーム焼き 野菜のしらす和え トマト オレンジ 麦茶	★セサミクッキー (未)麦茶 (以)牛乳
23	火			秋分の日	
24	水	塩せんべい 牛乳	ご飯	スペイン風オムレツ しょうゆフレンチ グレープフルーツ 麦茶	★チーズのもちもちパン (未)麦茶 (以)牛乳
25	木	パイ菓子 牛乳	ご飯	鶏肉の梅煮 スタミナ納豆 パナナ 麦茶	★さつまいものオレンジ煮 (未)麦茶 (以)牛乳
26	金	青のりせんべい 牛乳	鶏塩うどん	カレイの梅マヨ焼き 里芋のごま味噌煮 オレンジ 麦茶	ヨーグルト ビスケット 麦茶
27	土	ウエハース 麦茶	ご飯	カレーライス 豆腐と油揚げのみそ汁 グレープフルーツ 麦茶	乳飲料 ビスケット パイ菓子
28	日				
29	月	カルシウムせんべい 牛乳	ご飯	さばの塩焼き ひじきと豆腐の炒め物 トマト パナナ 麦茶	★いもち (未)麦茶 (以)牛乳
30	火	クラッカー 牛乳	ご飯	サーモンの豆乳シチュー うまっこりー オレンジ 麦茶	メロンパン (未)麦茶 (以)牛乳

♪お知らせ♪

- ・★印のメニューは、手作りおやつです
- ・9月1日(月) 防災訓練
- ・9月19日(金) 誕生会

今月の食育活動

- ・防災の日
- ※変更する場合があります。

【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	516	603
たんぱく質(g)	20.3	24.9
脂質(g)	15.1	18.7
食塩相当量(g)	1.3	1.6

9月の旬の食材

きのこと類、さんま、さつまいも、里芋