



令和7年9月分献立表



大府市公私立保育園
令和7年7月23日

日 曜	献 立 名	使 用 材 料 名				午前のおやつ	午後のおやつ	エネルギー
		黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品				たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児
		熱や力となるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をよくするもの	調味料・その他			
1 月 ○	なす味噌丼 中華和え 人参とわかめのすまし汁	米、砂糖、サラダ油、ごま油	豚挽、赤味噌、ツナ、わかめ	なす、玉ねぎ、もやし、人参、 きゅうり、ねぎ、コーンホール 缶	醤油、削り節、酒、だし昆布、 酢、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜 家族)	牛乳 菓子(ソフトサラダ)	545.0(484.4) 23.0(20.1) 17.2(15.3) 2.5(2.1)
2 火 ○	ごはん はんぺんと野菜の旨煮 豆腐とねぎの味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、豆腐、生揚げ、豚平、 味噌、わかめ	大根、人参、系こんにゃく、ねぎ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ラスク(薄切り食パ ン、バター、グラ ニュー糖、)	583.3(552.2) 27.5(28.9) 18.6(17.4) 3.2(2.7)
3 水 ○	ウインナースパゲティ 切干大根のサラダ 飲むヨーグルト	スパゲティ、ノンエッグマヨ ネーズドレッシング、サラダ油	飲むヨーグルト、ウインナー、チ キンハム	玉ねぎ、人参、ピーマン、きゅう り、切干大根、白ごま	トマトケチャップ、ソース、コン ソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆焼き芋(さつま芋)	708.9(618.8) 22.3(19.9) 33.8(28.7) 2.5(2.1)
4 木 ○	夏野菜のカレーライス ハムとコーンのサラダ オレンジ	米、ノンエッグマヨネーズドレッ シング、サラダ油	豚平、チキンハム	オレンジ、玉ねぎ、人参、なす、 ズッキーニ、きゅうり、かぼ ちゃ、赤ピーマン、コーンホー ル缶	カレールー、ソース、コンソメ スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(えびちび)	603.1(543.9) 17.7(15.8) 23.6(20.4) 2.4(2.0)
5 金 ○	梅鮭ごはん 三色きんぴら炒め 豆腐となすの味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	豆腐、さけ、味噌、しらす、わか め	人参、ピーマン、なす、うめ干 し、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(カルシウムせ ん)	517.8(492.2) 22.3(24.5) 14.1(12.9) 2.9(2.3)
6 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(みかん)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
8 月 ○	ごはん 大豆の五目煮 玉ねぎと人参の味噌汁	米、砂糖、サラダ油	大豆、豚挽、味噌、油揚げ、ひじ き	人参、系こんにゃく、玉ねぎ、ご ぼう、ねぎ	削り節、だし昆布、醤油	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(アスパラガスビ スケット)	527.3(476.2) 24.1(21.2) 16.1(14.8) 2.2(1.9)
9 火 ○	ごはん 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ 野菜スープ	米、マカロニ(グルテンフ リー)、ノンエッグマヨネーズド レッシング	若鶏、ツナ	人参、玉ねぎ、きゅうり、パセリ	醤油、酒、コンソメスープの素、 みりん、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ふわふわきなこ(焼 麩、砂糖、サラダ油、 きな粉、塩)	586.4(537.2) 27.6(28.7) 22.2(19.4) 1.8(1.5)
10 水 ○	冷やし中華 ウインナー ヨーグルト	中華そば、砂糖、ごま油、サラ ダ油	ヨーグルト、ウインナー、チキン ハム	トマト、もやし、きゅうり、コー ンホール缶	醤油、酢、中華スープの素、塩	牛乳 オレンジ	野菜ジュース(白ぶど う&ほうれん草) 菓子(ライスクッキー (いちご))	519.9(525.7) 18.0(18.5) 16.6(17.3) 2.6(2.2)
11 木 ○	ごはん 卵のふわふわ焼き トマト かぼちゃと油揚げの味噌汁	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	卵、豚挽、味噌、油揚げ、わか め、ひじき	かぼちゃ、トマト、人参、ねぎ、 干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 菓子(おこさませんべ い)	◆フルーツポンチ(砂 糖、黄桃缶、みかん 缶、バナナ、パイン缶)	444.5(452.6) 18.3(18.5) 9.9(11.8) 2.0(1.8)
12 金 ○	薄切り食パン いちごジャム ボンキンスープ 野菜サラダ	薄切り食パン、じゃが芋、いち ごジャム、ノンエッグマヨネー ズドレッシング、サラダ油	鶏挽、かまぼこ	かぼちゃ、玉ねぎ、キャベツ、人 参、きゅうり、ねぎ	コンソメスープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(あけびの実クッ キー)(プレーン)	563.2(573.9) 19.2(23.4) 22.5(20.9) 2.2(1.9)
13 土	いなり寿司 フルーツゼリー(ぶどう)	いなり寿司		フルーツゼリー(ぶどう)		ヨーグルト		
16 火 ○	ごはん 肉じゃが ほうれん草と油揚げの味噌汁	じゃが芋、米、サラダ油、砂糖	豚平、味噌、油揚げ	玉ねぎ、人参、ほうれん草、系 こんにゃく、えのきたけ、干し いたけ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜 家族)	牛乳 菓子(あげせんべい)	599.5(541.3) 24.0(20.9) 21.3(19.9) 2.7(2.4)
17 水 ○	和風カレーうどん ごまだれサラダ フルーツゼリー(ぶどう)	白玉うどん、片栗粉、砂糖、サ ラダ油	豚平、油揚げ	フルーツゼリー(ぶどう)、人 参、玉ねぎ、もやし、ねぎ、きゅ うり、キャベツ、生姜、白ごま	カレールー、醤油、削り節、酢、 だし昆布、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆五平餅(米、砂糖、 赤味噌、白ごま、みり ん)	625.5(583.0) 22.4(24.5) 17.9(16.0) 3.0(2.4)
18 木 ○	ごはん 麻婆豆腐 キャベツとツナの和え物	米、砂糖、サラダ油、片栗粉、ご ま油	豆腐、豚挽、ツナ、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ねぎ、きゅう り、白ごま、生姜	酢、醤油、酒、中華スープの素、 塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(厚切りバーム クーヘン)	637.7(572.4) 25.4(22.3) 24.9(22.1) 1.4(1.2)
19 金 ○	大根とさんまの炊き込みごはん 拌三絲 豆腐とねぎの味噌汁	米、春雨、砂糖、ごま油、サラダ 油	豆腐、さんま、チキンハム、味 噌、わかめ	大根、きゅうり、人参、ねぎ、生 姜	醤油、削り節、酒、だし昆布、酢	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(ふんわりコー ン)	521.2(491.2) 22.0(24.3) 16.8(15.4) 2.8(2.3)
20 土	おにぎり(鮭・鮭) やさしいゼリー	おにぎり(鮭・鮭)		やさしいゼリー		ヨーグルト		
22 月 ○	ごはん すき焼き風煮 玉ねぎとえのきの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豚平、焼き豆腐、味噌、わかめ	白菜、人参、ねぎ、系こんにゃ く、玉ねぎ、えのきたけ、干し いたけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(味しらべ)	586.0(525.7) 26.2(22.9) 16.8(15.1) 3.4(2.8)
24 水	チキンライス キャベツと玉ねぎのスープ マスカットゼリー	米、サラダ油	若鶏、ウインナー	玉ねぎ、人参、キャベツ、パセ リ、マスカットゼリー	トマトケチャップ、コンソメスー プの素、中華スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	アイスクリーム	434.7(468.3) 12.0(13.4) 7.8(10.5) 1.2(1.1)
25 木 ○	ごはん キャベツと豚肉の味噌炒め わかめとえのきのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ね ぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ドーナツ(小 麦粉、砂糖、サラダ 油、牛乳、卵、ベーキ ングパウダー)	634.5(575.7) 26.0(27.4) 23.0(20.0) 2.0(1.7)
26 金 ○	ごはん 鮭のタルタルソース焼き キャベツとコーンの炒め物 なすと人参の味噌汁	米、タルタルソース(ノンエッ グ)、サラダ油	さけ、味噌、わかめ	キャベツ、コーンホール缶、人 参、なす、ねぎ、パセリ	削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳 菓子(おこさませんべ い)	牛乳 菓子(あけびの実パ ウンドケーキ)(かぼちゃ)	592.4(547.9) 27.6(24.3) 23.4(21.3) 1.9(1.7)
27 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
29 月 ○	ごはん 関東煮 玉ねぎと油揚げの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、若鶏、味噌、油揚げ	大根、人参、玉ねぎ、ねぎ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(きらきら星のお せんべい)	515.1(462.8) 23.8(20.7) 13.4(12.9) 2.8(2.3)
30 火 ○	豚肉とさつま芋の炊き込みごはん 酢和え 大根と白菜の味噌汁	米、さつま芋、砂糖、春雨、サラ ダ油	豚平、味噌、わかめ	白菜、大根、人参、きゅうり、も やし、ごぼう、しめじ	酢、醤油、削り節、だし昆布、 酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(おこめぼん棒)	525.2(500.3) 20.4(23.1) 11.2(10.6) 2.4(2.0)

◆は手作りおやつです。
※日にちの欄に○印がついている日は箸を持ってきてください。 ※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。 ※太枠の日は、卵・乳アレルギーに対応した別メニューを用意しています。