

9月 乳児給食献立表

令和7年度
福祉給食センター

日	曜	こんだてめい	ち・にく・ほねになるもの (あかい)	体の調子をととのえるもの (みどりいろ)	はたらく力になるもの (きいろ)	備考	おやつ
1	月	牛乳 きのこごはん 豆腐のみそ汁 梨	牛乳 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	人参 ごぼう しいたけ しめじ えのきたけ ねぎ 玉ねぎ 人参 小松菜 梨	米 麦 砂糖 じゃがいも	梨 0・1歳児： コンポート	のりせんべい (こくさんもちゼリー) にゅうさんきんりんりょう (保育園のお茶)
2	火	牛乳 ごはん 関東煮 ウインナー メロン	牛乳 鶏肉 竹輪 はんぺん 生揚げ ウインナー	大根 人参 しいたけ さやいんげん こんにゃく メロン	米 麦 里芋 砂糖	ウインナー 0歳児：3本 1歳児：3本 2歳児：4本	わらびもち (わらびもちくきなごなし)
3	水	牛乳 さつまいもパン カシキのみぞれ和え キャベツのスープ オレンジ	牛乳 かじき 油揚げ	大根 人参 玉ねぎ しめじ キャベツ オレンジ	さつまいもパン 小麦粉 片栗粉 砂糖 じゃがいも		アイスふうデザート<バニラ> (バインゼリー)
4	木	牛乳 赤しそごはん 高野豆腐と野菜の煮物 根菜のみそ汁 りんご	牛乳 高野豆腐 鶏肉 豚肉 みそ	赤しそのもと 人参 玉ねぎ しめじ えのきたけ ねぎ 大根 人参 ごぼう ねぎ りんご	米 麦 砂糖 里芋	りんご 0・1歳児： コンポート	カルデツほうれんそう ドーナツ (おほしさますなっく)
5	金	牛乳 食卓ロール 手作り里芋コロッケ きのこのスープ バナナ	牛乳 ささみ油揚げ 油揚げ	玉ねぎ 人参 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム エリンギ 小松菜 バナナ	食卓ロール 里芋 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも		かえるまんじゅう (りんごのジュレ)
6	土	牛乳 あんかけうどん	牛乳 鶏肉 竹輪 油揚げ	人参 ほうれんそう しいたけ ねぎ	うどん 片栗粉		パン・牛乳
8	月	牛乳 ハヤシライス オクラとツナの和え物 メロン	牛乳 豚肉 豆乳 ツナ	人参 玉ねぎ マッシュルーム さやいんげん ブルーンエキス もやし 人参 オクラ メロン	ハヤシウ 米 麦 じゃがいも ごま 砂糖		ヨーグルト <食物繊維、鉄分プラス> (こくさんみかんゼリー)
9	火	牛乳 ごはん 五目きんぴら 鶏肉の照り焼き オレンジ	牛乳 豚肉 はんぺん 鶏肉	人参 ごぼう しいたけ さやいんげん オレンジ	米 麦 砂糖 じゃがいも ごま油 砂糖	鶏肉の照り焼き 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	メロンパン<乳卵不使用> (こめこのはあひん&いちごジャム)
10	水	牛乳 米粉ロール すずきのカレーフライ ミネストローネ フルーツポンチ	牛乳 すずき ベーコン	人参 玉ねぎ キャベツ トマト パセリ グリンピース バナナ みかん	米粉ロール 小麦粉 パン粉 油 マカロニ じゃがいも 砂糖 カクテルゼリー		えびせんべい (こつぷじゃがあられ) やさいとくだものジュース (ほいくしよのおちや)
11	木	牛乳 人参ごはん ミートボール キャベツのみそ汁 梨	牛乳 ツナ ミートボール 油揚げ みそ	人参 玉ねぎ とうもろこし マッシュルーム ピーマン 玉ねぎ キャベツ 人参 玉ねぎ しめじ 梨	米 麦 砂糖 片栗粉 じゃがいも	ミートボール 0・1・2歳児：3個 梨 0・1歳児：コンポート	ぶどうゼリー
12	金	牛乳 ドックパン スパニッシュオムレツ チンゲンサイのスープ バナナ	牛乳 卵 ツナ油揚げ 豆乳 すり身 生揚げ	玉ねぎ ピーマン トマト 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ しめじ バナナ	ドックパン じゃがいも		ミルクプリン (スイートポテト) <乳卵不使用>
13	土	牛乳 あんかけ焼きそば	牛乳 豚肉 竹輪	人参 キャベツ 玉ねぎ ピーマン もやし	焼きそばめん 片栗粉		パン・牛乳
16	火	牛乳 チャーハン 春雨スープ りんご	牛乳 豚肉 ベーコン 豆腐 わかめ なんと巻	人参 玉ねぎ ピーマン ねぎ しいたけ もやし キャベツ 小松菜 とうもろこし りんご	米 麦 春雨	りんご 0・1歳児： コンポート	こくとうおまんじゅう (フルーツかんてん)
17	水	牛乳 黒糖ロール ひらめのゴマクラッカー揚げ パンパキンスープ オレンジ	牛乳 レシビ 揚げ ひらめ 豆乳	玉ねぎ チンゲンサイ エリンギ かぼちゃ オレンジ	黒糖ロール クラッカー ごま 小麦粉 油		ヨーグルト (スイートコーンおかき)
18	木	牛乳 ごはん 蓮根ハンバーグ けんちん汁 メロン	牛乳 豚肉 焼き豆腐 豆乳 豆腐 油揚げ	れんこん 玉ねぎ 人参 メロン	米 麦 パン粉 砂糖 片栗粉 里芋		オレンジゼリー
19	金	牛乳 食パン 南瓜とハムのチーズ焼き マカロニのスープ バナナ	牛乳 ハム チーズ 鶏肉	かぼちゃ パセリ 白菜 人参 玉ねぎ しめじ チンゲンサイ バナナ	食パン マカロニ		プリン (レモンソーダゼリー)
20	土	牛乳 みそ煮込みうどん	牛乳 鶏肉 竹輪 油揚げ みそ	人参 ほうれんそう ねぎ しいたけ	うどん		パン・牛乳
22	月	牛乳 辛ごはん 切り干し大根の炒り煮 出し巻き卵 オレンジ	牛乳 鶏肉 油揚げ 卵	切干大根 人参 さやいんげん オレンジ	米 麦 さつまいも ごま 里芋 砂糖 砂糖	出し巻き卵 0歳児：1切 1歳児：1切 2歳児：2切	かぼちゃまんじゅう (ブルーベリーゼリー)
24	水	牛乳 ミニロール (1/2) イタリアンスパゲティ 白菜のスープ バナナ	牛乳 豚肉 ベーコン	人参 玉ねぎ マッシュルーム グリンピース ブルーンエキス 白菜 玉ねぎ ねぎ とうもろこし バナナ	ミニロール スパゲティ		いちごヨーグルト (こくさんやさいゼリー)
25	木	牛乳 ごはん さわらの煮付け じゃがいものみそ汁 梨	牛乳 さわら みそ 油揚げ	玉ねぎ 人参 白菜 梨	米 麦 砂糖 じゃがいも	梨 0・1歳児： コンポート	おほしさまスナック やさしいミックスジュース
26	金	牛乳 クロロール (乳含む) 手作り豆腐チキンナゲット コンソースープ メロン	牛乳 鶏肉 焼き豆腐 豆乳	とうもろこし 人参 玉ねぎ キャベツ しめじ メロン	クロロール (乳含む) 片栗粉 小麦粉 マヨネーズ 油 砂糖 じゃがいも	誕生日会 手作りチキンナゲット 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：1個	シャインマスカットゼリー
27	土	牛乳 焼きそば	牛乳 豚肉 竹輪	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン もやし	焼きそばめん		パン・牛乳
29	月	牛乳 牛乳 牛乳 すり流し汁 りんご	牛乳 牛肉 竹輪 豆腐 わかめ	玉ねぎ 人参 さやいんげん ねぎ こんにゃく 人参 しいたけ 小松菜 りんご	砂糖 米 麦 大和芋 鮭	りんご 0・1歳児： コンポート	さつまいもと果のタルト <乳卵不使用> (アセロラゼリー)
30	火	牛乳 ごはん 揚げ豆腐 わかめのみそ汁 オレンジ	牛乳 豆腐 鶏肉 卵 みそ 油揚げ わかめ	ねぎ しいたけ 人参 なす えのきたけ オレンジ	米 麦 砂糖 片栗粉 じゃがいも		ぎゅうにゅうパン (こめこのはあひん&いちごジャム)

※食材の入荷状況により、食材等が変更になる場合があります。

※保育園で初めて食べる食材がないように、ご家庭で食べ進めてください。

おススメレシビ☆ひらめのゴマクラッカー揚げ☆

乳児6人分 (大人2人 こども2人)

- ひらめ (35g) 6切れ
- 小麦粉 大さじ3
- 水 大さじ3
- クラッカー 50g
- 黒ごま 大さじ1
- 揚げ油 適量



クラッカーの塩味とごまの風味で、ソースをかけなくても、おいしく食べられます。パン粉とはまた違うざくざくとした食感がこどもたちに人気のメニューです。

災害備蓄について

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米 (アルファ化米)・パン・缶詰・ビスケットなどがあげられます。乳児はミルク・離乳食等多くの配慮が必要です。食料アレルギーがあるおこさんはアレルギーのない食品を備えましょう。非常食としての備えも大切ですが、こどもが日常的に食べ慣れている食品を少し多めに買い置き、古いものから消費し、消費した分を買い足す「ローリングストック」という方法があります。災害時にはこどもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れた食品が心を癒し、命を救います。



午前おやつ・延長おやつ

にんじんかぼちゃビスケット
おこさませんべい
おさかなせんべい
こめこのロールクッキー
ひとくちあまからせんべい
きなこせんべい
ミレーフライ
サラダせんべい

