



9月給食献立予定表

令和7年度プメハナ リコこども園
プメハナ リコエルアこども園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
1	月	ハンバーグ 粉ふき芋 キャベツスープ	かんぱん、ミレーフライ (ポーロ)	牛乳、豚肉、鶏肉 鶏卵、ハム	米、じゃがいも、パン粉 油、上白糖	玉ねぎ、キャベツ、人参 青のり	459	年長まゆちゃんの リクエストメニューです☆
							572	
2	火	タンダーフィッシュ ブロッコリーときのこのサラダ ねこちゃんすーぶ	メロンパン (赤ちゃんビスケット)	牛乳、しいら、木綿豆腐 みそ、豚肉、ヨーグルト 無塩バター	米、ロールパン ホットケーキ粉、上白糖 ごま油、じゃがいも	ブロッコリー、きゅうり、人参 しめじ、えのきたけ、にんにく レモン果汁	492	年長やぎゆいちゃんの 考えたみそ汁です●
							605	
3	水	塩ラーメン シュウマイ ヨーグルト	星たべよ (赤ちゃんせんべい)	牛乳、ヨーグルト、豚肉	中華麺	チンゲン菜、玉ねぎ、もやし 人参	229	年長あたくんの リクエストメニューです☆
							342	
4	木	鯖のアップルオニオンソース ひじきの酢の物 お麴のすまし汁	フルーチェ (赤ちゃんウエハース)	牛乳、さば、フルーチェ	米、そうめん、油、上白糖 片栗粉、麴、ごま油、ごま	みかん缶、りんご、きゅうり えのきたけ、玉ねぎ、葉ねぎ ひじき、しょうが	292	
							405	
5	金	ひじき入りオムレツ 人参とコーンのサラダ ハムと大根のスープ	サータアンダギー (ポーロ)	牛乳、鶏肉、木綿豆腐 鶏卵、ハム、みそ	米、ホットケーキ粉 油、上白糖、ごま油 とうもろこし、黒糖	大根、人参、玉ねぎ わかめ、グリーンピース、ひじき	385	ひじきは食物繊維と カルシウムが豊富です
							498	
8	月	きつねうどん ちくわ磯辺揚げ オレンジ	チョイス (赤ちゃんビスケット)	牛乳、鶏肉、ちくわ 油揚げ	うどん、油、小麦粉 上白糖	人参、玉ねぎ、葉ねぎ 青のり、オレンジ	442	
							555	
9	火	かますの塩からあげ 切り干し大根のバンバンジー きゅうあういんくすーぶ	ちんすこう (赤ちゃんせんべい)	牛乳、かます、鶏肉 豚肉、みそ	米、じゃがいも、小麦粉 油、三温糖、マヨネーズ ごま、上白糖	人参、きゅうり、切り干し大根	457	年長みつちゃん 考えたみそ汁です●
							570	
10	水	オレンジチキン カレー風味リョネーズポテト かきたま汁	フルーツゼリー (赤ちゃんウエハース)	牛乳、鶏肉、鶏卵 ベーコン、バター	米、じゃがいも、小麦粉	玉ねぎ、人参、みかん缶、白ねぎ パイン缶、わかめ、にんにく みかん果汁	357	
							470	
11	木	魚のマヨネーズ焼き きゅうりの梅おかか和え 豆腐のすまし汁	豆腐ブラウニー (赤ちゃんせんべい)	牛乳、さけ、木綿豆腐 絹ごし豆腐、豆乳、しらす干 かつお節	米、米粉、マヨネーズ 上白糖、油、とうもろこし	きゅうり、人参、玉ねぎ、葉ねぎ 梅干し	446	
							559	
12	金	焼肉 ナムル おとうふすーぶ	バウムクーヘン (ポーロ)	牛乳、豚肉、木綿豆腐 みそ	米、じゃがいも、上白糖 ごま油	ほうれん草、人参、玉ねぎ もやし、えのきたけ、しょうが	450	年長レオネルくん 考えたみそ汁です●
							563	
16	火	魚のゴマ油焼き 華風和え ぽっちゃますーぶ	未満児:ゼリー 以上児:アイスクリーム (赤ちゃんビスケット)	牛乳、あじ、アイスクリーム 豚肉、みそ	米、はるさめ、片栗粉 ごま油、上白糖 ごま	ほうれん草、大根、人参 もやし	344	年長とうやくん 考えたみそ汁です●
							457	
17	水	ミートソーススパゲティ えのきたけのすーぶ ゼリー	バナナのクラフティ (バナナ)	牛乳、豚肉、鶏肉 鶏卵、生クリーム ヨーグルト、チーズ	スパゲティ、ホットケーキ粉 上白糖、油	玉ねぎ、ホールトマト缶 もやし、バナナ、人参、えのきたけ 葉ねぎ、グリーンピース	273	
							386	
18	木	黒はんぺんフライ キャベツとひじきのサラダ きのこスープ	じゃがいももち (ふかしいも)	牛乳、豚肉、ツナ 無塩バター	米、上白糖、油、片栗粉 じゃがいも	キャベツ、人参、小松菜 しめじ、えのきたけ、ひじき	298	黒はんぺんは、さば、あじ、 いわしなどの青や皮を丸 ごと練り込んでいます
							411	
19	金	食パン ツナとマカロニのグラタン オニオンスープ、バナナ	鮭おにぎり (赤ちゃんウエハース)	牛乳、ツナ、鮭フレーク 無塩バター、ハム、粉チーズ	食パン、米、マカロニ 小麦粉、パン粉、ごま とうもろこし	玉ねぎ、人参、バナナ、青のり	488	
							601	
22	月	焼き鳥丼 ハンサンスー はちゅびんすーぶ	どら焼き (赤ちゃんせんべい)	牛乳、鶏肉、みそ 鶏卵、ハム	米、じゃがいも、はるさめ 上白糖、ごま	きゅうり、玉ねぎ、人参、わかめ	329	年長こちゃんが 考えたみそ汁です●
							442	
24	水	マーボー豆腐 たたききゅうり わかめスープ	Caせんべい (赤ちゃんビスケット)	牛乳、木綿豆腐、豚肉 みそ、かまぼこ	米、上白糖、片栗粉 ごま油	きゅうり、ねぎ、人参 干しいたけ、わかめ にんにく、しょうが	317	
							430	
25	木	愛情弁当の日						
29	月	鶏のから揚げ 野菜サラダ えのきたけのすまし汁	ビスコ (ポーロ)	牛乳、鶏肉、かまぼこ	米、片栗粉、油、上白糖 とうもろこし	きゅうり、キャベツ、えのきたけ 人参、葉ねぎ、しょうが	384	年長あいりちゃんの リクエストメニューです☆
							497	
30	火	お楽しみ給食	お楽しみおやつ (赤ちゃんウエハース)	牛乳、豚肉、鶏肉 かつお節	米、ロールパン、パン粉 中華麺、オリーブオイル、油	かぼちゃ、ほうれん草、玉ねぎ 人参、しめじ、わかめ、葉ねぎ キャベツ	529	今月のテーマ絵本は“ぐりと ぐらとすめちゃん”と“うれ ないやきそばパン”です☆
							642	

※エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です ※おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです

