



9月予定献立表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2025年9月

聖隷こども園Jにのり東

園長	給食	管理栄養士

日付	曜日	行事	献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	たんぱく質 kcal	脂質 g	たんぱく質 kcal	脂質 g
1	火	いちごまつり 一号登園開始	食パン 魚と野菜の蒸し焼き 人参の甘煮 トマトスープ バナナ 牛乳	お茶	牛乳 五平餅	557	14.3	444	14
2	水		ごはん きのこの卵焼き きゅうりの昆布和え みそ汁 (じゃが芋・油揚げ) メロン お茶	お茶	牛乳 麩ラスク(抹茶)	25.1	1.2	20.6	1.5
3	木		マーボーやきそば 蒸かしきつ芋 トマト オレンジ お茶	お茶	牛乳	545	20.6	432	16.7
4	金		ごはん カレー肉じゃが ブロッコリー みそ汁(ごぼう・豆腐) キウイ お茶	ヨーグルト	ホイップサンド※2	20.1	1.4	16.4	1.2
5	土		人参ミートソーススパゲティ コンソメスープ フルーツ ゼリー 豆乳	お茶	牛乳	653	23.0	524	19.3
7	月		ごはん 豚肉の甘酒生姜焼き ほうれん草のお浸し みそ汁(大根・油揚げ) メロン お茶	お茶	牛乳	26.3	1.8	22.3	1.3
8	火		食パン 魚の香草焼き スパゲティサラダ キャベツと人参のスープ バナナ 牛乳	お茶	牛乳	526	10.7	424	8.6
9	水		ごはん ひき入り鶏つくね 白菜のゆかり和え みそ汁(南瓜・麩) オレンジ お茶	お茶	牛乳	21.3	1.4	16.7	1.2
10	木		みそラーメン 焼き南瓜 中華きゅうり パイン お茶	お茶	牛乳	552	13.3	498	12.1
11	金		変わり餃子ごはん 人参しりしり ブロッコリーのごまマヨ和え みそ汁(じゃが芋・玉葱) キウイ お茶	お茶	牛乳	21.5	2.0	18.7	1.5
12	土	かてい園児 家庭保育協力日	ツナサンド ポトフ フルーツ ヨーグルト お茶	お茶	牛乳	510	13.7	414	12.8
14	月	おじいちゃんおばあちゃんと一緒に	ごはん 魚の味噌煮 ひじきの煮付け すまし汁(大根・えのき) バナナ お茶	お茶	牛乳	22.1	1.6	19.5	1.5
15	火		豆乳パン ◎豚肉と根菜の甘酢炒め ◎スティックきゅうり じゃが芋スープ パイン 牛乳	お茶	牛乳	587	17.5	471	15.3
16	水		ごはん 鶏大根 ブロッコリー 煮し菜(幼児のみ) みそ汁(豆腐・もやし) メロン お茶	お茶	牛乳	25.9	1.5	20.0	1.4
17	木	ぼうし組 防災訓練 ひき渡し訓練	ごはん(セルフおにぎり) 厚揚げの青のりマヨ焼き 人参のおかか煮 みそ汁(キャベツ・玉葱) キウイ お茶	お茶	牛乳	533	13.8	466	14.7
18	金		肉うどん 煮し南瓜 トマト オレンジ 豆乳	お茶	牛乳	21.2	1.6	19.4	1.4
19	土		おにぎり けんちん汁 フルーツ ゼリー 豆乳	お茶	牛乳	576	19.7	502	18.0
21	月	敬老の日		お茶	牛乳	17.4	1.7	16.6	1.5
22	火	こみん 国民の休日		お茶	牛乳	617	20.7	504	17.0
23	水	秋分の日		お茶	牛乳	23.4	1.8	19.0	1.4
24	木		ごはん 鶏肉の照り焼き ベイクドポテ ツナきゅう みそ汁 バナナ お茶	お茶	牛乳	511	15.6	397	12.2
25	金		伊賀忍者ごはん 四日市とんてき風焼肉 ブロッコリーのおかかマヨ和え あおさのみそ汁 オレンジ お茶	お茶	牛乳	21.2	1.3	15.3	1.0
26	土	クラス懇談会 保護者会議講演会	チャーハン 青梗菜の中華和え 中華スープ フルーツ お茶	お茶	牛乳	568	14.1	454	13.1
28	月		ごはん 鶏肉の山椒焼き キャベツのたくあん和え みそ汁(豆腐・しめじ) キウイ お茶	お茶	牛乳	20.9	1.6	18.0	1.6
29	火		サーモングリルサンド さつま芋サラダ トマト コンソメスープ バナナ 牛乳	お茶	牛乳	551	14.0	442	12.6
30	水		ごはん 納豆のおとし揚げ 金平ごぼう みそ汁(青菜・麩) メロン お茶	お茶	牛乳	20.4	1.3	16.1	1.1

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◆お料理で全国制覇◆

今月の三重県は、伊賀の忍者が活躍していた場所として知られています。厳しい修行の合間に食べていたかもしれない!? スタミナ満点のメニューが登場します!

忍者(にんじん・じゃこ)の隠れた「伊賀忍者ごはん」、四日市名物「トンテキ」を食べやすく焼肉にアレンジしたものと、三重のきれいな海でとれた香り豊かな「あおさ」のおみそしるを提供します。

♪ みえけんうまいものうた ♪ *大阪うまいもの歌の替え歌です*

みえけんにはうまいもんが いっぱいあるんだー あおさじる とんてき にんじゃごはん にんに

みえけんではすてきなことが いっぱいできるんだー ゆうえんちん すいぞくかん にんじゃにへんしん にんに



※1 1歳児クラスの9月までクラッカーは配慮によりせんべい等に変更して提供しています。

※2 0.1歳児クラスは甘さへの配慮により食パンに変更して提供しています。

※3 0.1歳児クラスは甘さへの配慮によりお茶・プレーンヨーグルトに変更して提供しています。