

給食献立表

2025年 9月分

大原西保育園

日曜日		10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	月	牛乳	ご飯 メンチカツ 海藻サラダ 味噌汁	梨 麦茶	牛乳 かたくちいわし	精白米 調合油 観世ふ	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 たまねぎ にんじん 梨	415	11.47	9.06	
2	火	ヤクルト	わかめご飯 鮭の西京焼き 五色和え 味噌汁	チーズ蒸しパン 麦茶	ヤクルト 生鮭 かつお節 かたくちいわし 牛乳 チーズ	精白米 いりごま 三温糖 ホットケーキミックス 上 白糖 調合油	炊き込みわかめ 小松菜 もやし にんじん ぶなしめじ コーン缶 詰 キャベツ たまねぎ 干しぶどう	471	21.30	8.77	
3	水	牛乳	ご飯 オムレツ ブロッコリーソティ ふりかけ スープ	ソフトサラダ 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 ベーコン	精白米 有塩バター	ブロッコリー コーン缶詰 白菜 にんじん えのきたけ	430	9.09	9.52	
4	木	ヤクルト	冷やしラーメン 餃子 オレンジ	ピザパン 麦茶	ヤクルト 焼き豚 卵 牛乳 ポークウインナ チ ーズ	ラーメン 調合油 ホットケーキミックス	ねぎ コーン缶詰 カットわかめ オレンジ たまねぎ ピーマン パ セリ	445	16.05	14.51	
5	金	牛乳	ハヤシライス 野菜サラダ スープ	かつばえびせん 麦茶	牛乳 豚小間肉 角ハム	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ キャベツ きゅうり にんじ ん こまつな コーン缶詰	412	14.14	13.16	
6	土	ヤクルト	冷やしたぬきうどん 味付け卵 オレンジ		ヤクルト 卵	うどん	きゅうり カットわかめ オレンジ	472	14.43	6.43	
8	月	牛乳	ご飯 焼き栗コロッケ ツナサラダ 味噌汁	アスパラガス 麦茶	牛乳 ツナ かたくちいわし	精白米	レタス カットわかめ きゅうり コーン缶詰 たまねぎ にんじん ぶ なしめじ	525	12.73	12.58	
9	火	ヤクルト	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 味噌汁	オニオンブレッド カルピス	ヤクルト からすかえい 卵 さつま揚げ 油揚げ 木綿豆腐 かたくちいわし 牛乳 角ハム チーズ カルピス	精白米 薄力粉 上白糖 ホットケーキミックス	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ カットわかめ えのき たけ たまねぎ	502	22.22	9.54	
10	水	牛乳	菜めしご飯 ボイルウインナー 南瓜煮 味噌汁	梨 麦茶	牛乳 ポークウインナ 木綿豆腐 かたくちいわし	いりごま 精白米 三温糖	菜めし かぼちゃ なめこ ねぎ 梨	458	15.37	15.11	
11	木	ヤクルト	五目うどん 揚げシュウマイ オレンジ	こぎつねおにぎり 麦茶	ヤクルト なんと 油揚げ	うどん 調合油 精白米 いりごま 三温糖	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ	637	16.96	12.57	
12	金	牛乳	ポークカレーライス 福神漬 コールスロー スープ	ぶどうゼリー 麦茶	牛乳 豚小間肉 角ハム	じゃがいも 調合油 精白米 上白糖	たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ コーン缶詰 こまつな ぶ なしめじ	437	9.59	12.64	
13	土	ヤクルト	タコライス オレンジ スープ		ヤクルト ぶたひき肉 チーズ 卵	精白米 調合油 片栗粉	たまねぎ レタス トマト オレンジ あさつき	459	13.30	12.68	
16	火	ヤクルト	ご飯 ホッケフライ レタスサラダ 味噌汁	おととつと 幼児ぶどう	ヤクルト ホッケ かたくちいわし	精白米 調合油	レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな にんじん えのきたけ 幼児 ぶどう	458	12.30	9.06	
17	水	牛乳	ご飯 きのこのあんかけバター正油ハンバ ーグ マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁	梨 麦茶	牛乳 角ハム 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 有塩バター マカロニ	ぶなしめじ しいたけ きゅうり にんじん ねぎ カットわかめ 梨	461	17.79	11.57	
18	木	ヤクルト	味噌ラーメン 餃子 オレンジ	いももち 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 牛乳	ラーメン 調合油 じゃがいも 片栗粉 上白糖	もやし にら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ	500	14.33	13.32	
19	金	牛乳	ハッシュドビーフ にしき和え スープ	ハーベスト アップル&キャロット	牛乳 豚小間肉 卵	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ キャベツ きゅうり にんじん 白菜 コーン缶詰	503	9.94	15.12	
20	土	ヤクルト	わかめおにぎり ワンタンスープ オレンジ		ヤクルト なんと	いりごま 精白米	炊き込みわかめ 白菜 にんじん ねぎ 干しいたけ オレンジ	408	8.03	6.22	
22	月	牛乳	ご飯 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ ふりか け 味噌汁	カルピスムース せんべい	牛乳 とりもも肉 角ハム かたくちいわし カル ピス 粉ゼラチン	精白米 上白糖 じゃがいも	しょうが きゅうり にんじん こまつな えのきたけ	496	19.20	15.00	
24	水	ヤクルト	ご飯 コロッケ チョレギサラダ 味噌汁	さやえんどう 麦茶	ヤクルト 油揚げ かたくちいわし	精白米 調合油 ごま油 いりごま	にんじん カットわかめ レタス きゅうり たまねぎ	460	11.28	14.76	
25	木	ヤクルト	スパゲティミートソース オレンジ スープ	ミニたい焼き 幼児牛乳	ヤクルト ぶたひき肉 パルメザンチーズ 卵 幼児 牛乳	スパゲティ 調合油 片栗粉	マッシュルーム たまねぎ にんじん オレンジ コーン缶詰 こまつ な	488	22.29	16.98	
26	金	牛乳	ジャンバラヤ シーザーサラダ スープ	アンパンマ揚げせんべい 麦茶	牛乳 ポークウインナ パルメザンチーズ 卵	調合油 精白米 クルトン	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン コーン缶詰 レタス きゅうり にん じん カットわかめ えのきたけ	418	8.83	12.73	
27	土	ヤクルト	焼きそば パナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし パナナ 白菜 コーン缶詰	455	9.52	14.45	
29	月	牛乳	ご飯 マーボウ豆腐 拌三絲 スープ	パナナ ヨーグルト	牛乳 ぶたひき肉 木綿豆腐 角ハム なんとヨー グルト	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 はるさめ 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが きゅうり にんじん カットわか め パナナ	510	17.77	11.91	
30	火	ヤクルト	ご飯 フィッシュティッカ ひじきのマリネ ふり かけ 酸辣湯	バームクーヘン オレンジジュース	ヤクルト めかじき ヨーグルト 角ハム 卵	精白米 上白糖 調合油 ごま油 片栗粉	しょうが ひじき にんじん きゅうり 白菜 しいたけ たけのこ あさ つき	426	15.77	7.89	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月 平 均	469	14.32	11.90