



令和7年9月保育園給食予定献立表



岩倉市保育園

日	曜	午前	昼食	3色分類			午後 (★手作りおやつ)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)	
1	月	豆乳ラス ク	チリコンカン ご飯 キャベツのわかめ和え	豚ひき肉 大豆 わかめ	じゃがいも 片栗粉 砂糖 油 米	コーン たまねぎ にんじん ピーマ ン トマト キャベツ もやし	牛乳 オレンジ 菓子
2	火	コアコア 飲むヨー グルト	炒り豆腐 ご飯 コーンと野菜の三杯酢	高野豆腐 鶏肉 ひじき	片栗粉 砂糖 米	にんじん たまねぎ さやいんげん コーン もやし きゅうり キャベツ	牛乳 クッキー ★ブドウゼリー
3	水	オレンジ	ミンチカツ ゆかりご飯 ほうれん草のサラダ	ミンチカツ	油 米 いりごま マヨドレ	ほうれんそう キャベツ にんじん	牛乳 バナナ 菓子
4	木	スティック チーズ	豚肉の味噌炒め ご飯 もやしとニラのナムル	豚肉 厚揚げ 豆みそ 塩昆布	砂糖 油 米 ごま油	たまねぎ にんじん 干しいたけ キャベツ ピーマン もやし にら	牛乳 ★かぼちゃの旨煮 ドライプルーン
5	金	バナナ	焼きそば コッペパン きゅうりのシラス和え ウインナ(乳1、幼2)	豚肉 かまぼこ あおのり シラス 干し スキンレスウインナ	中華めん 油 コッペパン	キャベツ にんじん ピーマン きゅ うり	牛乳 りんご 菓子
6	土	お茶	マーボー飯 オレンジ スティックチーズ	豆腐 豚ひき肉 豆みそ スティック チーズ	米 片栗粉 砂糖	にんじん たまねぎ ねぎ オレンジ	お茶 菓子
8	月	豆乳ラス ク	酢豚風煮 わかめご飯 大豆のサラダ	豚肉 厚揚げ 大豆 わかめ	片栗粉 油 米 マヨドレ 砂糖	たまねぎ たけのこ にんじん 干し しいたけ ピーマン パインアップル 缶 きゅうり コーン	牛乳 オレンジ 菓子
9	火	スティック チーズ	炒りどり ご飯 小松菜のごま和え	鶏肉 半平	じゃがいも 砂糖 油 米 すりごま	ごぼう にんじん こんにゃく 干し しいたけ さやいんげん 小松菜	お茶 バナナ ★ミルクくずもち
10	水	オレンジ	ハヤシライス わかめの酢の物	豚肉 スkimミルク わかめ	じゃがいも ハヤシルウ 油 米 す りごま 砂糖	たまねぎ にんじん コーン きゅう り もやし	アジドミルク ナシ 菓子
11	木	ラブミーブ ラス	筑前煮 ご飯 ほうれん草納豆	鶏肉 ちくわ 納豆	砂糖 油 米	にんじん ごぼう こんにゃく たけ のこ さやいんげん 干しいたけ ほうれんそう	牛乳 ★ココアういろ ドライプルーン
12	金	バナナ	冷やし中華 クロロール もやしのゆかり和え	つな	ごま 中華麺 砂糖 クロロール	にんじん きゅうり トマト もやし	牛乳 菓子 フルーツゼリー
13	土	お茶	中華飯 バナナ スティックチーズ	豚肉 半平 スティックチーズ	米 片栗粉 油	たまねぎ にんじん 干しいたけ もやし ピーマン バナナ	お茶 菓子
15	月	敬老の日					
16	火	オレンジ	ひじきの炒め煮 ご飯 キャベツの土佐和え	ひじき 厚揚げ 鶏肉 ちくわ 花か つお	砂糖 油 米	にんじん こんにゃく コーン キャ ベツ もやし	ジョア バナナ ★マカロニ安倍川
17	水	ヤクルト	タラコンソメ立田 菜飯 いろいろ野菜スープ (幼:角チーズ)	タラコンソメ立田 豚肉 角チーズ	油 米	乾燥大根葉 たまねぎ にんじん だいこん キャベツ	牛乳 菓子 グレープフルーツ
18	木	スティック チーズ	肉じゃが ご飯 小松菜の塩昆布和え	豚肉 ちくわ 塩昆布	じゃがいも 砂糖 油 米	にんじん たまねぎ 糸こんにゃく さやいんげん 小松菜	牛乳 オレンジ ★ココア寒天
19	金	バナナ	冷麦そばろ味噌 ロールパン 中華風酢の物	鶏ひき肉 豆みそ ささみ	冷麦 砂糖 ロールパン ごま油	もやし にんじん きゅうり	牛乳 りんご 菓子
20	土	お茶	カレーライス オレンジ スティックチーズ	豚肉 スkimミルク スティックチー ズ	米 じゃがいも カレールウ 油	たまねぎ にんじん オレンジ	お茶 菓子
22	月	オレンジ	豆腐のくず煮 ご飯 ほうれん草とシメジのごまびた し	豆腐 鶏肉	片栗粉 油 米 砂糖 ごま	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ たけのこ ほうれんそう しめ じ	牛乳 ★オレンジゼリー ミニフィッシュ
23	火	秋分の日					
24	水	スティック チーズ	かぼちゃのクリーム煮 ご飯 わかめご飯 たたききゅうり	鶏肉 スkimミルク わかめ	米粉クリームルウ 油 米 ごま油 砂糖	かぼちゃ たまねぎ にんじん きゅ うり	コアコア バナナ 菓子
25	木	アジドミル ク	中華風炊き込みご飯 かみなり汁 (幼:角チーズ)	豚肉 豆腐 鶏肉 きざみのり 角 チーズ	油 米 ごま油	にんじん たけのこ 干しいたけ グリーンピース ごぼう ねぎ	牛乳 オレンジ 菓子
26	金	豆乳ラス ク	冷やしうどん ミルクロール チ ンゲンサイの中華和え	つな	うどん 砂糖 ミルクパン ごま油	にんじん きゅうり トマト チンゲン サイ もやし	牛乳 ナシ 菓子
27	土	お茶	豚肉と高野豆腐丼 バナナ ス ティックチーズ	豚肉 高野豆腐 スティックチー ズ	米 片栗粉 砂糖	ごぼう たまねぎ にんじん ねぎ バナナ	お茶 菓子
29	月	オレンジ	鶏さつまの甘辛煮 ご飯 キャベツのナムル	鶏肉 塩昆布	さつまいも 砂糖 油 米 ごま油	にんじん 糸こんにゃく さやいんげ ん キャベツ もやし	牛乳 バナナ 菓子
30	火	豆乳ラス ク	ツナカレー丼 フレンチサラダ	つな スkimミルク	米 じゃがいも カレールウ 砂糖 油	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ きゅうり みかん缶	ソファール元気ヨー グルト にんじんケーキ ミニフィッシュ

献立は諸事情により変更となる場合があります。

9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です。
食事をおいしく、バランスよく
いつもの食事に+1品 手軽に野菜を取り入れませんか？



- ・洗って1品 トマトやきゅうり
- ・カット野菜で時短サラダ
- ・スープに冷凍野菜をプラス
- ※カット野菜や冷凍野菜で時短に



野菜たっぷりレシピはコチラ

あいち健康チャレンジ公式キッチン

<https://cookpad.com/kitchen/25617011>

食べて元気にもう一皿野菜を！

栄養バランスのとれた食事き！

