

令和7年

9月 給食献立表

福田こども園

実施日	曜日	三未 10時おやつ	昼食献立名	三未加算食 (ひよこ・たんぽぽ・ひまわり組)	3時おやつ	材料と体内での働き		
						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 29	月	牛乳 カロニのあべかわ	肉じゃが きゅうりとわかめ酢の物 手作りふりかけ		牛乳 菓子・昆布	カロニ、菓子、砂糖 じゃがいも、白ごま	牛乳、豚肉、ちりめん わかめ、小魚 ゆかり、昆布 青のり粉	昆布、人参、玉ねぎ こんにやく、グリーンピース きゅうり、もやし
2 16	火	牛乳 せんべい	鶏肉のさっぱり焼き チャプチェ キウイ	トマト	牛乳 かぼちゃキッシュ風	せんべい、砂糖 春雨、白ごま、小麦粉	牛乳、鶏肉、バター 卵	しょうが、人参、玉ねぎ エリンギ、赤ピーマン、ニラ きくらげ、チンゲン菜 キウイ、トマト、かぼちゃ
3 17	水	牛乳 ビスコ	冷やし五目うどん キャベツのゆかり和え 梨		牛乳 アイスクリーム	ビスコ、うどん、砂糖 アイスクリーム	牛乳、鶏肉、油揚げ 刻み昆布	人参、きゅうり、ねぎ 干しいたけ、キャベツ ゆかり、梨
4 18	木	牛乳 コーンフレーク	鯖の磯辺揚げ ひじきのきんぴら りんご		牛乳 小倉サント	コーンフレーク、小麦粉 白ごま、砂糖、食パン こしあん	牛乳、鯖、青のり粉 平天、ひじき、バター	人参、ごぼう、グリーンピース 糸こんにやく、りんご
5 19	金	牛乳 ビスケット	キーマカレー グリーンサラダ 一口ゼリー		カルピス りんごケーキ	ビスケット、カールウ 砂糖、一口ゼリー 小麦粉、カルピス	牛乳、豚ひき肉 ヨーグルト、スキムミルク バター	玉ねぎ、人参、エリンギ なす、キャベツ、きゅうり りんご、レーズン
6 20	土	お茶 ミニトナツ	マーボー丼 ナムル パン缶		お茶 手作りおやつ	ミニトナツ、砂糖 白ごま	豆腐、豚ひき肉 赤みそ	人参、玉ねぎ、ニラ 干しいたけ、しょうが 小松菜、もやし パン缶
8 22	月	牛乳 せんべい	香味煮 昆布ピーマン おくら納豆		牛乳 8日フルチェ 22日ぶどうゼリー	せんべい、じゃがいも 砂糖、白ごま ぶどうジュース フルチェの素	牛乳、鶏肉、ちくわ 塩昆布、納豆 かつお節、もみのり	人参、ごぼう、グリーンピース 白ねぎ、しょうが、ピーマン こんにやく、キャベツ おくら
9 30	火	牛乳 ウエハース	豚肉となすのみそ炒め 小魚ごま風味 とうがんスープ		牛乳 ほうじ茶クッキー	ウエハース、砂糖 白ごま、小麦粉	牛乳、豚肉、厚揚げ 赤みそ、ベーコン、バター ちりめん	人参、なす、キャベツ 玉ねぎ、ピーマン、とうがん チンゲン菜、干しいたけ
10 24	水	牛乳 クラッカーサント	ささみの天ぷら 和風サラダ オレンジ		牛乳 菓子・チーズ	クラッカー、菓子、白ごま じゃがいも、砂糖 ジャム、米粉	牛乳、チーズ、ツナ 鶏ささみ肉	人参、キャベツ、コーン きゅうり、オレンジ
11 25	木	牛乳 乳ボーロ	チンジャオロースー 焼きポテト 中華コンスープ		牛乳 フルーツヨーグルト	乳ボーロ、じゃがいも	牛乳、豚肉、豆腐 スキムミルク	しょうが、ピーマン、人参 玉ねぎ、たけのこ チンゲン菜、コーン缶、バナナ みかん缶、パン缶
12 26	金	牛乳 バナナ	食パン 鱈のカレーニエル ごま塩サラダ	ブロッコリーの 塩ゆで	お茶 おにぎり	食パン、小麦粉 じゃがいも、白ごま	牛乳、鱈、バター	バナナ、人参、きゅうり ブロッコリー
13 27	土	お茶 ビスケット	焼きそば きゅうりの磯和え グレープフルーツ		お茶 菓子	ビスケット、中華麺 菓子	豚肉、ちくわ、花かつお 青のり粉、塩昆布	人参、玉ねぎ、キャベツ もやし、ねぎ、きゅうり グレープフルーツ

★8日(月)

3時のおやつ
誕生会特別献立

フルチェ…年長組は子ども達でつくります！

★9日(火)

敬老参観日

赤飯、チキン南蛮、かぼちゃサラダ、豆腐のすまし汁、バナナ

★12日(金)

3時のおやつ
敬老参観日

栗とさつまいものマフィン

2色サントイッチ(年少組以上)

裏面の岡山市の
「食育通信」もご覧下さい