



令和7年 9月 献立表



※ 献立は都合により変更する場合があります。

※ のついているところは、アレルギーを含むお菓子を使用することもあります。

亀井野保育園

日	付	曜日	午前おやつ	普通食 昼食	午後 おやつ	保育園 一日の栄養量 0.1歳クラスは朝おやつのお食分も含まれています								炭水化物 脂質 (力になる 黄の食品)	たんぱく質 (血になる 赤の食品)	ビタミン (体を整える 緑の食品)	アレルゲン						
						熱量(kcal)		蛋白質(g)		脂質(g)		塩分(g)					卵	乳	魚卵	キウイ フルーツ	山いも	くるみ アーモンド ピーナッツ	
						幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児										
			0～1歳児	9月1日は【防災の日】です。災害時を想定した給食の提供となります。																			
1		月	ぎゅうにゅう おかし	0.1歳さんまのかばやきどんぶり すましじる 2歳～うめおにぎり さんまのかばやきかん たくあん	ぎゅうにゅう たらこトースト	547	506	19.4	19.2	16.6	17.9	2.7	2.6	ごはん	さんまの かんづめ	たくあん	※	○	○				
2	16	火	ぎゅうにゅう おかし	新メニュー パーベキューポーク サラダな こまつなとひじきのにびたし みそしる	ぎゅうにゅう こくとうプリン	842	732	18.6	17.2	49.3	43.8	3.3	2.6	ごはん	ぶたにく	こまつな	※	○					
3	17	水	ぎゅうにゅう おかし	ひやしちゅうか れんこんののりしおいため ラッシー	むぎちや なっとうチャーハン	584	539	18.9	17.9	18.3	18.7	1.9	1.6	ちゅうか めん	ぶたにく	にんじん	○	○					
4	18	木	ぎゅうにゅう おかし	わかめごはん あかうおのゆうあんやき パンパンジー みそしる	むぎちや 1歳～ソフトクリーム	628	574	26.1	23.6	20.3	20.5	3.6	2.9	ごはん	あかうお	もやし	※	○					
5	19	金	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにゅう ハムサンド とりとブロッコリーのトマトに やさいスープ	むぎちや おかし フルーツ	543	505	19.2	18.4	18.8	19.2	3.4	2.6	パン	とりにく	ブロッコ リー	※	○	※	※	※	※	※
6	20	土	むぎちや おかし	わふうきのコスパゲッティ ぐだくさんスープ	むぎちや おかし フルーツ	480	412	12.8	10.5	11.9	11.0	2.4	2	スパゲッ ティ	ベーコン	にんじん							
9	22	火 月	ぎゅうにゅう おかし	さばのみそに しらあえ すましじる 新メニュー	ぎゅうにゅう 0歳)パンケーキ 1歳～)はちみつれもんパンケーキ 10日 0.1歳)ラッシー おかし 2歳～)むぎちや ヨーグルト おかし 24日 ぎゅうにゅう たらこトースト	541	490	23.2	21.3	19.1	19.9	3.0	2.4	ごはん	さば	ほうれん んそう	※	○					
10	24	水	ぎゅうにゅう おかし	2歳～)ゆかりごはん とうふチャンプル スパゲッティサラダ みそしる		624	615	20.8	20.0	20.3	23.8	2.7	2.3	ごはん	ぶたにく	にんじん	※	○	※	※	※	※	※
						874	784	28.0	25.0	27.6	28.3	3.2	2.7				※	○					
11	25	木	ぎゅうにゅう おかし	あげめんのやさいあんかけ かぼちゃのハニーソテー ラッシー	むぎちや しおこんぶごはん	685	489	20.7	17.1	19.5	11.6	2.8	2.0	あげめん	ぶたにく	ピーマン	※	○					
12	26	金	ぎゅうにゅう おかし	カレーライス もやしのごまみそあえ マンゴーラッシー	26日ぎゅうにゅう おかし フルーツ	479	457	16.0	15.9	11.7	13.7	2.2	1.8	ごはん	ぶたにく	にんじん	※	○					
						741	665	22.6	21.2	21.3	21.5	2.6	2.2				※	○	※	※	※	※	※
	27	土	むぎちや おかし	ぶたてりどんぶり きゅうりのしおこんぶあえ みそしる	むぎちや おかし フルーツ	603	507	20.8	17.0	16.2	14.4	2.3	1.7	ごはん	ぶたにく	きゅうり							
	29	月	ぎゅうにゅう おかし	はんぺんフライ サラダな ほうれんそうのごまあえ すましじる	ぎゅうにゅう なめこにゅうめん	589	531	22.1	20.3	13.1	14.9	3.8	3.2	ごはん	はんぺん	ほうれん そう	○	○				○	
	30	火	ぎゅうにゅう おかし	ぶたにくのアップルソースやき さつまいもサラダ みそしる	0.1歳)ラッシー おかし 2歳～)むぎちや ヨーグルト おかし	645	584	23.3	22.1	19.9	21.0	1.9	1.5	ごはん	ぶたにく	にんじん	※	○	※	※	※	※	※
誕生会	8	月	ぎゅうにゅう おかし	きのこごはん ちきんなんばん とうふのタルタルソース サラダな ミニトマト すましじる	ぎゅうにゅう フルーツあんみつ	583	542	25.6	23.2	18.3	19.1	3.1	2.6	ごはん	とりにく	トマト	※	○					

防災の日 9月1日

災害に備えるための大切な日です。

保育園では防災訓練と災害時の給食を提供していきます。

この【防災の日】をきっかけに、ご家庭でも防災グッズや備蓄品の中身を確認したり防災に対する意識を高め、災害に備えましょう。

備蓄品は、「気が付いたら使用期限が過ぎていた・・・」ということが起きやすいです。

そこで、日常的に備蓄品を消費しながら足りなくなった分を買い足して災害時に備える 備

蓄方法=ローリングストックという考え方が良いとされています。

