

★今月の目標★

◎好き嫌いなく何でも食べ丈夫な体をつくる



東向寺保育園

日付	献立	3時おやつ	朝おやつ	材 料 名		
				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月	キッズビビンバ、かぼちゃのみそ汁 甘煮豆、なし	カルピスゼリー	野菜スナック	米、砂糖、油、ごま油	牛乳、カルピス、豚肉、ごま 鶏肉、金時豆、みそ、油揚げ	なし、もやし、ほうれん草、かぼちゃ、なす 人参、ねぎ、寒天、生姜、にんにく
02火	御飯、豆腐のみそ汁、鶏肉のカレーあん ベイクドじゃが、バナナ	大学かぼちゃ	芋けんぴ	米、じゃがいも、片栗粉 砂糖、油	牛乳、鶏肉、豆腐 みそ、ごま	かぼちゃ、バナナ、大根、玉ねぎ チンゲン菜、人参、コーン、わかめ、青のり
03水	御飯、キャベツのみそ汁、納豆のおとし焼き 焼き野菜、きゅうりの酢の物	蒸しパン・きな粉	塩せんべい	米、米粉、油、砂糖	牛乳、納豆、みそ きな粉	人参、みかん缶、きゅうり、コーン、玉ねぎ キャベツ、えのき茸、おくら、わかめ、にんにく
04木	菜飯、もやしのみそ汁、鮭の塩焼き さんぴらごぼう、バナナ	えいようかん	クラッカー	えいようかん、米 ごま油、砂糖、油	牛乳、鮭、みそ	バナナ、人参、ごぼう、小松菜、もやし 玉ねぎ、クリームコーン缶
05金	御飯、なすのみそ汁 鶏肉のりんごソースかけ、小松菜のごま和え	大根餅 (切干し・えび)	ポーロ	米、じゃがいも、片栗粉 米粉、油、ごま油、砂糖	牛乳、鶏肉、ツナ、みそ 干しえび、ごま	キャベツ、玉ねぎ、小松菜、なす、りんご 人参、切り干しだいこん、えのき茸、ねぎ 生姜
06土	マーボー豆腐丼、中華スープ、パイン缶	麦茶、ビスコ	ウエハース	米、じゃがいも、ビスコ 片栗粉、ごま油、油、砂糖	豆腐、豚肉、みそ 干しえび	パイン缶、チンゲン菜、ねぎ、生姜
08月	御飯、厚揚げのみそ汁、白身魚のマリネ ひじき煮	野菜もち	バナナチップ	米、さつまいも、米粉 砂糖、油、片栗粉	牛乳、ししゃも、豆乳 厚揚げ、みそ、きな粉	玉ねぎ、人参、きゅうり、えのき茸 黄ピーマン、ひじき
09火	御飯、豆乳汁、豚肉と昆布の炒め煮 おくらのおかか和え、なし	おにぎり (鮭)	しるこサンド	米、じゃがいも、油 ごま油	牛乳、豚肉、豆乳、鮭 厚揚げ、ツナ、かつお節	なし、人参、玉ねぎ、クリームコーン缶 おくら、昆布、生姜
10水	御飯、里芋のみそ汁、豆腐ハンバーグ キャベツのゆかりサラダ、パイン缶	蒸しパン (和風やさしい)	ビスケット	米、ホットケーキ粉、里芋 片栗粉、油、砂糖	牛乳、豆腐、豚肉 牛肉、みそ	パイン缶、キャベツ、玉ねぎ、人参、わかめ 小松菜、チンゲン菜、えのき茸、にんにく
11木	御飯、豆腐のみそ汁、鶏肉のとろみ煮 粉ふき芋、バナナ	源氏パイ	野菜スナック	米、じゃがいも、源氏パイ 油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉、豆腐、みそ	バナナ、人参、玉ねぎ、もやし、えのき茸 ねぎ、わかめ、青のり
12金	御飯、油揚げのみそ汁、きゅうりの昆布あえ 白身の煮つけと焼き野菜	かぼちゃきんとん	芋けんぴ	米、砂糖、マーガリン、油	牛乳、さくら、みそ 油揚げ	かぼちゃ、きゅうり、かぼちゃ、なす、人参 干しぶどう、切り干しだいこん、塩昆布、生姜
13土	豚焼肉丼、わかめスープ、バナナ	麦茶、丸ぼうろ	醤油せんべい	米、片栗粉	豚肉、牛乳	バナナ、玉ねぎ、小松菜、ねぎ、コーン えのき茸、人参、わかめ
16火	ハンバーグのクリームライス コンソメスープ、コールスローサラダ カルピスカクテル	ポッキンアイス	クラッカー	米、片栗粉、油 シチューミックスクリーム	牛乳、豚肉、牛肉 豆乳、カルピス	りんご濃縮果汁、玉ねぎ、キャベツ 小松菜、みかん缶、バナナ、人参 クリームコーン缶、えのき茸、キウイフルーツ わかめ、生姜、にんにく
17水	御飯、じゃがいものスープ 厚揚げのケチャップ煮、もやしのナムル	みかん蒸しパン	ポーロ	米、ホットケーキ粉、油 じゃがいも、片栗粉、ごま油	牛乳、厚揚げ、豚肉 カルピス、ごま	玉ねぎ、人参、もやし、小松菜、みかん缶 コーン、えのき茸、わかめ、パセリ粉
18木	御飯、なすのみそ汁、白身魚のごま衣焼き かぼちゃとおくらのだし浸し、なし	ココナツサブレ	塩せんべい	米、ココナツサブレ、米粉 油	牛乳、ししゃも、みそ 油揚げ、ごま	トマト、かぼちゃ、なし、玉ねぎ、なす、おくら 人参
19金	御飯、コーン汁、鶏肉の五目和え 人参とみかんのサラダ	バナナオート ミールクッキー	クラッカー	米、さつまいも オートミール、片栗粉、油	牛乳、鶏肉、大豆	人参、玉ねぎ、みかん缶、バナナ、生姜 ほうれん草、クリームコーン缶、ねぎ、コーン
20土	冷やしうどん、かぼちゃの甘煮、パイン缶	麦茶、ドーナツ	ウエハース	うどん、ドーナツ、油 砂糖	鶏肉、ごま、牛乳	かぼちゃ、パイン缶、ほうれん草、人参 いんげん
22月	スパゲッティナポリタン、わかめスープ きゅうりのピクルス、フルーツカクテル	フライドポテト	バナナチップ	スパゲティ フライドポテト、砂糖、油	牛乳、魚肉ソーセージ	玉ねぎ、人参、みかん缶、きゅうり、もやし もも缶、ピーマン、パイン缶、ねぎ、コーン 赤ピーマン、わかめ
24水	御飯、切干大根のすまし汁、さんまの煮つけ じゃが芋炒め	蒸しさつまいも	しるこサンド	さつまいも、米、じゃがいも 砂糖、油	牛乳、秋刀魚、油揚げ	人参、玉ねぎ、えのき茸、切り干しだいこん ピーマン、わかめ
25木	ゆかり御飯、ポークビーンズ ツナともやしのごま酢あえ、バナナ	黒糖棒	芋けんぴ	米、じゃがいも、黒糖棒 砂糖、油	牛乳、豚肉、大豆 ツナ、ごま	バナナ、人参、玉ねぎ、トマト缶詰、もやし 小松菜、にんにく、パセリ粉
26金	人参御飯、じゃがいものみそ汁 レバーにんにく風味焼き、野菜のおかか和え	おはぎ (きな粉)	野菜スナック	米、もち米、砂糖 じゃがいも、油、片栗粉	牛乳、豚レバー、鶏肉、みそ 豆乳、きな粉、かつお節	キャベツ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー えのき茸、コーン、昆布、生姜、にんにく
27土	キーマカレー、キャベツのコーン煮 ヨーグルト	麦茶、ハーベスト	醤油せんべい	米、バーモントカレルウ ハーベスト	ヨーグルト、豚肉 牛乳	玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、コーン
29月	きのこ御飯、豆腐旨煮 さつまいも海苔ごま焼き	キャロットケーキ	クラッカー	米、さつまいも、米粉、油 ホットケーキ粉、片栗粉	牛乳、豆腐、豆乳 鶏肉、油揚げ、ツナ、ごま	キャベツ、人参、人参、玉ねぎ、えのき茸 しめじ、ほうれん草、マーレード、青のり
30火	御飯、かぼちゃのみそ汁、おさかなバーグ ひじきの煮物	チヂミ	甘辛せんべい	米、米粉、片栗粉 ごま油、油、砂糖	牛乳、鶏肉、いわし、ごま 豆腐、豆乳、みそ、油揚げ	人参、かぼちゃ、玉ねぎ、なす、小松菜 ねぎ、おくら、にら、ひじき、生姜、にんにく

★献立表は当園ホームページでも
見ることができます。

★天候により魚類は鯛に変更になる場合があります。
食べたことがない場合はお知らせください。

★調味料でトンカツ・中濃
ウスターソース、かけぽん
こしょう、カレー粉、ココ
ア、ゆかり粉、焼肉のたれ
も使用します。

★未摂取食材調査票★

※9月の献立に使用されている食品の中で
食べたことがない食材を記入の上、**8月27日まで**
ご提出ください。

園児名	食品名	調味料
)	()	()

園児名	食品名	調味料
)	()	()

令和7年 月 日

保護者氏名 _____ 印 _____

厚生労働省の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」2019年改訂版でアレルギー対応に組織的に取り組んでいくことが求められています。

アレルギーの初発事故が起こらないために献立に使用されている食品の中、『食べたことがない食材』がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、何ら症状が誘発されないことを確認してください。保育園では安全を最優先にいたしますので、家庭で試すことができなかった場合にはご連絡ください。

※すみれ組0・1歳児は食べたことがない食材の有無に関わらず、全員ご提出ください。

※牛乳は5歳児は給食時に
1～4歳児はおやつ時に
提供しています。

※都合により献立内容や食材が変更になる場合があります。ご了承ください。

★下線は旬の食材です。

