

令和7年度



こんだてひょう



日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	材料	おやつ	材料
1月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	16火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	鮭の塩焼き	鮭・塩	黒糖ツイストパン			鮭の照り焼き	鮭・醤油・みりん	塩サブレ	小麦粉・三温糖・塩卵・バター
	ピーマンのきんぴら	ピーマン・パプリカ・ちくわ・しらす・醤油 三温糖・ごま油				蓮根の天ぷら	蓮根・小麦粉・ベーキングパウダー・塩		
	南瓜の煮物	南瓜・醤油・三温糖				みそ汁	チンゲン菜・えのき・葱・鰹節・昆布・みそ		
	みそ汁	ほうれん草・えのき・わかめ・煮干・みそ				フルーツ	グレープフルーツ		
2火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	17水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	牛肉の甘辛煮	牛肉・玉葱・大根・糸こんにやく・葱・醤油・三温糖	りんごゼリー	りんごジュース・寒天 もも缶・三温糖		豚肉の甘辛炒め	豚肉・さつま揚げ・パプリカ・ブロッコリー・ニンニク・葱 醤油・三温糖	★ミートパイ	パイ生地・合挽肉 トマト缶・玉葱 ケチャップ・ソース・塩・コショウ
	さつま芋の煮物	さつま芋・砂糖・塩				小松菜の炒め物	小松菜・人参・ひじき・しめじ・塩・醤油・ごま油		
	すまし汁	麩・なめこ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				南瓜の煮物	南瓜・醤油・三温糖		
	フルーツ	バナナ				すまし汁	玉葱・切干大根・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩		
3水	☆お誕生日会メニュー☆				18木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	ミートソースパスタ	スパゲティ・牛挽肉・玉葱・人参・なす・ブロッコリー・トマト・ ケチャップ・粉チーズ	カルピス牛乳	カルピス・普通牛乳		蓮根ハンバーグ	合挽き肉・蓮根・豆腐・人参・大根・生姜・鰹節・昆布・醤油 みそ・みりん・酢	スコーン	小麦粉・卵・バター ベーキングパウダー・牛乳 三温糖・干しぶどう
	コールスローサラダ	キャベツ・きゅうり・干しぶどう・ツナ・酢・油・塩・コショウ	チーズケーキ	クリームチーズ・ヨーグルト 卵・三温糖・小麦粉 レモン・生クリーム		ひじきの炒め物	ひじき・コーン・グリーンピース・油揚げ・醤油・三温糖・ごま油		
	スープ	ほうれん草・じゃが芋・わかめ・コンソメ・醤油・塩・コショウ				みそ汁	麩・キャベツ・わかめ・鰹節・昆布・みそ		
	デザート	ゼリー				フルーツ	バナナ		
4木	食パン(ブルーベリージャム)	食パン・ブルーベリージャム	お茶	麦茶	19金	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	牛挽肉・なす・玉葱・トマト缶・ケチャップ・塩・コショウ・ビザ用チーズ	牛挽肉・なす・玉葱・トマト缶・ケチャップ・塩・コショウ・ビザ用チーズ	おにぎり	米・強化米・塩昆布 鰹節・醤油		オムレツ	卵・玉葱・セロリ・エリンギ・ツナ・ピーマン・トマト・ブロッコリー・塩・コショウ・ケチャップ	グレープフルーツ	グレープフルーツジュース 三温糖・寒天 もも缶
	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー・人参・ちくわ・レモン・食塩・コショウ・油				豚肉と小松菜の炒め物	豚肉・小松菜・パプリカ・ニンニク・生姜・醤油・三温糖		
	南瓜のポタージュ	南瓜・玉葱・バター・米粉・牛乳・コンソメ・塩・コショウ				人参ときゅうりのサラダ	人参・きゅうり・酢・油・塩・三温糖・コショウ		
	フルーツ	オレンジ				すまし汁	ほうれん草・人参・葱・鰹節・昆布・醤油・塩		
5金	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	20土	中華丼	米・強化米・豚肉・かまぼこ・玉葱・赤ピーマン・チンゲン菜・白菜 中華だし・塩・コショウ・ごま油・片栗粉	牛乳	普通牛乳
	鯖の照り焼き	鯖・醤油・みりん	鉄カルウエハース			大根ナムル	大根・コーン・わかめ・酢・三温糖・塩・醤油・ごま油	水族館クッキー	
	ひじきの煮物	ひじき・人参・コーン・グリーンピース・だし・醤油・三温糖				スープ	人参・しめじ・コンソメ・醤油・塩		
	もずく納豆	納豆・もずく酢・醤油				デザート	ゼリー		
	みそ汁	白菜・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・みそ							
6土	親子丼	米・強化米・鶏肉・玉葱・人参・葱・グリーンピース・卵 だし・醤油・三温糖	牛乳	普通牛乳	22月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	キャベツとえのきの和え物	キャベツ・えのき・鰹節・だし・醤油・砂糖	あずきクラッカー			カレイの洋風焼き	カレイ・パプリカ・マヨネーズ・ケチャップ・塩	スライスチーズ	チーズ
	みそ汁	麩・豆腐・わかめ・鰹節・昆布・みそ				ひじきの梅和え	人参・ひじき・切干大根・梅干し・醤油・三温糖		
	フルーツ	バナナ				みそ汁	じゃが芋・キャベツ・葱・鰹節・昆布・みそ		
						フルーツ	オレンジ		
8月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	24水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	厚蒸し卵	卵・ツナ・グリーンピース・葱・だし・醤油・三温糖	◆鬼まんじゅう	さつま芋・小麦粉・米粉 三温糖		◆みそかつ	豚肉・米粉・パン粉・塩・コショウ・みそ・三温糖・酒・みりん	おはぎ	米・もち米 こしあん・きな粉 三温糖・塩
	ブロッコリーの炒め物	牛肉・ブロッコリー・人参・ニンニク・醤油・三温糖				大根のサラダ	大根・レタス・ツナ・コーン・酢・塩・油		
	パスタサラダ	スパゲティ・ハム・きゅうり・キャベツ・人参・マヨネーズ				すまし汁	白菜・人参・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩		
	すまし汁	切干大根・なめこ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				フルーツ	柿		
9火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	25木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	カレイのおろし煮	カレイ・大根・生姜・醤油・三温糖	みかんヨーグルト	ヨーグルト・三温糖 みかん缶		鯖のゆず風味焼き	鯖・ゆず・醤油・みりん	さつま芋のソフトクッキー	ホットケーキ粉・さつま芋 バター・三温糖・卵
	蓮根のきんぴら	蓮根・人参・インゲン・ごま・醤油・三温糖				牛肉の炒め物	牛肉・ひじき・人参・エリンギ・インゲン・ニンニク・醤油・三温糖 みりん・塩・ごま油		
	トマトのサラダ	トマト・きゅうり・キャベツ・酢・油・塩・コショウ				納豆和え	納豆・卵・ほうれん草・のり・醤油		
	みそ汁	豆腐・えのき・わかめ・鰹節・昆布・みそ				みそ汁	麩・大根・わかめ・鰹節・昆布・みそ		
10水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	26金	ロールパン	ロールパン	牛乳	普通牛乳
	豆腐チャンプルー	豆腐・豚肉・にら・もやし・卵・中華だし・ごま油・醤油	マシュマロクリスピー	マシュマロ・バター・干しぶどう コーンフレーク		ポテトグラタン	豚挽肉・じゃが芋・玉葱・牛乳・バター・食塩・コショウ・チーズ	きな粉マカロニ	マカロニ・きな粉 三温糖・塩
	キャベツの炒め物	キャベツ・パプリカ・エリンギ・玉葱・ニンニク・オリーブオイル・塩				★ポットローストパンプキン	南瓜・玉葱・インゲン・ニンニク・バター・塩・コショウ・オリーブ油・ハセリ		
	すまし汁	麩・玉葱・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				キャベツのサラダ	キャベツ・トマト・しらす・酢・油・塩		
	フルーツ	バナナ				スープ	チンゲン菜・コーン・葱・コンソメ・醤油・塩・コショウ		
11木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	27土	五目ラーメン	中華麺・豚肉・人参・キャベツ・玉葱・コーン・チンゲン菜・醤油 中華だし・塩・コショウ・ごま油	牛乳	普通牛乳
	鯖の西京焼き	鯖・みそ・醤油・三温糖	にゅうめん	そうめん・人参・鶏肉・葱 油揚げ・鰹節・昆布 醤油・塩		厚揚げサラダ	厚揚げ・南瓜・オクラ・酢・油・塩	ミレービスケット	
	空心菜のソテー	空心菜・牛肉・玉葱・エリンギ・ニンニク・醤油・三温糖・ごま油				フルーツ	バナナ		
	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー・きゅうり・パプリカ・マヨネーズ・塩・コショウ							
	みそ汁	じゃが芋・油揚げ・しめじ・鰹節・昆布・みそ							
12金	カレーライス	米・強化米・牛肉・玉葱・じゃが芋・人参・ニンニク ルー	牛乳	普通牛乳	29月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	パプリカのサラダ	パプリカ・きゅうり・コーン・酢・塩・コショウ・油	蒸しパン	ホットケーキ粉・三温糖 牛乳・卵・油 いちごジャム・干しぶどう		鶏肉のきのこあんかけ	鶏肉・しめじ・エリンギ・だし・醤油・三温糖・片栗粉	サンドイッチ	食パン・卵・ピクルス ブロッコリー・マヨネーズ 塩・コショウ
	フルーツ	オレンジ				ちくわのごま炒め	ちくわ・人参・ごま・青のり		
						さつま芋のサラダ	さつま芋・きゅうり・ハム・マヨネーズ・塩		
						みそ汁	豆腐・ほうれん草・大根・鰹節・昆布・みそ		
13土	ジャージャー麺	中華麺・豚挽肉・玉葱・もやし・レタス・みそ・醤油 三温糖・中華だし・塩・コショウ・ごま油	牛乳	普通牛乳	30火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	豆腐サラダ	豆腐・きゅうり・人参・トマト・酢・油・塩	あまからせん			鯖の竜田揚げ	鯖・生姜・醤油・みりん・片栗粉	乳	みたらし団子
	フルーツ	もも缶				昆布の煮物	刻み昆布・人参・切干大根・糸こんにやく・だし 醤油・三温糖	児	みたらし団子
						すまし汁	そうめん・オクラ・葱・舞茸・鰹節・昆布・醤油・塩	幼児	
						フルーツ	梨		

【ポットローストパンプキン】
・材料(2人分)
かぼちゃ:1/4カット
オリーブオイル:大さじ1
バター:20g
たまねぎ1/2カット
にんにく:1片

【作り方】
1.かぼちゃは2cmの角切り、にんにく・たまねぎはみじん切りにします。
2.鍋にオリーブオイルとバターを入れ、にんにくとたまねぎを入れて香り
が立つまで炒めます。
3.かぼちゃを加え、強火で色づくように炒め、焼き色がついたら中火に
して炒めます。
4.火を止めて、蓋をし2分間蒸します。塩こしょうで味を調えて出来上が



朝のおやつ
・0歳児は、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくふわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です
・1、2歳児は、菓子類(野菜スティックミレービスケット・紫いもチップ・カル鉄スティック等)、フルーツ等と干しぶどう(週3回程度)です
※フルーツはバナナ・オレンジ・グレープフルーツ・梨等を使用します
夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です
菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています
強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です
◆マークは愛知県の郷土料理を取り入れています
★マークは世界の料理(ニュージーランド)を取り入れています

【お彼岸】
お彼岸とは、ご先祖様を供養する行事であり、秋のお彼岸は9/20(土)～9/26(金)です。
9/24(木)におはぎを取り入れています。小豆の赤色が魔除けの効果があると古くから信じられており、邪気を払う食べ物としてご先祖様にお供えされてきました。