



献立表

2025 西嶺保育園

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)お誕生日会	6日(土)
鶏肉の味噌焼き 鶏肉 生姜	サケときのこのバター醤油 サケ しめじ バター	三色丼 鶏ミンチ 卵 人参 ほうれん草 マヨネーズ いりごま すりごま 生姜	厚揚げチャンプルー 厚揚げ 卵 玉ねぎ 人参 もやし	ハンバーグ 合挽きミンチ 卵 玉ねぎ 牛乳 パン粉	牛丼 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく
切干大根の煮びたし 切干大根 小松菜 人参 油揚げ	キャベツとちくわのサラダ キャベツ ちくわ 人参 いりごま		ブロッコリーのじゃこ和え ブロッコリー じゃこ 人参	カニカマの中華サラダ カニカマ もやし きゅうり 人参 いりごま	
なめこの味噌汁 なめこ わかめ	チンゲン菜の中華スープ チンゲン菜 人参 豆腐	きのこのすまし汁 しめじ えのき わかめ	切干大根の中華スープ 切干大根 人参 玉ねぎ	コンソメスープ 人参 玉ねぎ しめじ セロリ	えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ わかめ
かぼちゃ蒸しパン かぼちゃ 小麦粉	サーターアングー 卵 ホットケーキミックス	梨 梨	ふのかりかり焼き ふ マヨネーズ 青のり	さつま芋モンブラン さつま芋 生クリーム 牛乳 カステラ ホイップ バター 黒ごま	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
サワラの竜田揚げ サワラ 生姜 小麦粉 片栗粉	かぼちゃと豚肉の煮物 豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ	ハヤシライス 合挽きミンチ しめじ 玉ねぎ 人参	天津飯 卵 カニカマ 玉ねぎ 人参 干し椎茸 ねぎ 片栗粉	からあげ 鶏肉 にんにく 生姜 小麦粉 片栗粉	牛丼 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく
ひじき大豆 ひじき 大豆水煮 こんにゃく 人参	チンゲン菜のソテー チンゲン菜 ベーコン 人参 コーン	お豆さんサラダ 大豆水煮 人参 キャベツ コーン ツナ マヨネーズ		人参サラダ 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ ツナ	
里芋の味噌汁 里芋 油揚げ	かまぼこのすまし汁 かまぼこ 干し椎茸 ほうれん草		小松菜の中華スープ 小松菜 人参 玉ねぎ	キャベツのかきたま汁 キャベツ 卵 片栗粉	えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ わかめ
オレンジジャムサンド オレンジジャム 食パン	きのこご飯 米 しめじ まいたけ えのき 油揚げ	ぶどうゼリー ぶどうジュース	桃のヨーグルト 黄桃缶 ヨーグルト	フルーツポンチ みかん缶 黄桃缶 パイン缶 白玉粉	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
敬老の日	サケときのこのバター醤油 サケ しめじ バター	ハヤシライス 合挽きミンチ しめじ 玉ねぎ 人参	サワラの竜田揚げ サワラ 生姜 小麦粉 片栗粉	ハンバーグ 合挽きミンチ 卵 玉ねぎ 牛乳 パン粉	ミートスパゲッティ 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ パスタ
	チンゲン菜のソテー チンゲン菜 ベーコン 人参 コーン	お豆さんサラダ 大豆水煮 人参 キャベツ コーン ツナ マヨネーズ	野菜の梅おかか 人参 きゅうり キャベツ 梅干し かつお節	カニカマの中華サラダ カニカマ もやし きゅうり 人参 いりごま	
	コンソメスープ 人参 玉ねぎ しめじ セロリ		おふの赤だし ふ 玉ねぎ ねぎ	チンゲン菜の中華スープ チンゲン菜 人参 豆腐	コンソメスープ 人参 しめじ コーン キャベツ
	ふのかりかり焼き ふ マヨネーズ 青のり	桃のヨーグルト 黄桃缶 ヨーグルト	梨 梨	オレンジジャムサンド オレンジジャム 食パン	市販菓子
	牛乳		牛乳	牛乳	
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
豚肉のカレーソテー 豚肉 玉ねぎ もやし	秋分の日	三色丼 鶏ミンチ 卵 人参 ほうれん草 マヨネーズ いりごま すりごま 生姜	かぼちゃと豚肉の煮物 豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ	からあげ 鶏肉 にんにく 生姜 小麦粉 片栗粉	ミートスパゲッティ 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ パスタ
ひじき大豆 ひじき 大豆水煮 こんにゃく 人参			切干大根の煮びたし 切干大根 小松菜 人参 油揚げ	人参サラダ 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ ツナ	
里芋の味噌汁 里芋 油揚げ		きのこのすまし汁 しめじ えのき わかめ	かまぼこのすまし汁 かまぼこ 干し椎茸 ほうれん草	キャベツのかきたま汁 キャベツ 卵 片栗粉	コンソメスープ 人参 しめじ コーン キャベツ
おはぎ(秋分の日) もち米 米 つぶあん		ぶどうゼリー ぶどうジュース	サーターアングー 卵 ホットケーキミックス 小麦粉	フルーツポンチ みかん缶 黄桃缶 パイン缶 白玉粉	市販菓子
牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	
29日(月)	30日(火)				
鶏肉の味噌焼き 鶏肉 生姜	厚揚げチャンプルー 厚揚げ 卵 玉ねぎ 人参 もやし				
キャベツとちくわのサラダ キャベツ ちくわ 人参 いりごま	ブロッコリーのじゃこ和え ブロッコリー じゃこ 人参				
なめこの味噌汁 なめこ わかめ	切干大根の中華スープ 切干大根 人参 玉ねぎ				
かぼちゃ蒸しパン かぼちゃ 小麦粉	きのこご飯 米 しめじ まいたけ えのき 油揚げ				
牛乳	牛乳				

☆目標☆
秋の食材を実感しよう!

★旬の食材★
サケ・さつま芋・かぼちゃ・
里芋・チンゲン菜・梨
しめじ・えのき

☆ お誕生日会 ☆
今月は
5日(金) です

※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください