



9月の南犬立



(令和7年9月分) 認定こども園新発寒みつばち保育園

	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
昼食	ご飯 味噌汁(さつま芋・人参) ポークチャップ 甘酢白菜 果物	ご飯 味噌汁(水菜・玉葱) 鶏肉のから揚げ キャベツのり和え 果物	ご飯 味噌汁(大根・長葱) 鮭フライ 小松菜納豆和え 果物	ご飯 味噌汁(もやし・わかめ) マーボー豆腐 ブロッコリーツナ和え 果物	ご飯 豆乳味噌汁(ほうれん草・えのき) ほっけの磯辺焼き 人参含め煮 果物	ミートソーススパゲティ 小松菜しめじ炒め 果物
午後 おやつ	牛乳 メロンパン	牛乳 ごまクッキー	牛乳 南瓜ジャムサンド	牛乳 市販菓子・ゆでとうもろこし	牛乳 ポテトケーキ	牛乳 市販菓子
	8日	9日	10日	11日	12日	13日
昼食	ご飯 味噌汁(小松菜・切干大根) 豚肉の香味焼き 人参炒め煮 果物	ご飯 チキンカレー 大根わかめ和え 果物	バターロール 南瓜ポタージュ カレイのムニエル風 ほうれん草のサラダ 果物	ご飯 味噌汁(豆腐・人参) さばの照り焼き 春雨サラダ 果物	ご飯 味噌汁(キャベツ・麩) 大豆かき揚げ きゅうりのおかか和え 果物	味噌ラーメン 青のりポテト 果物
午後 おやつ	牛乳 レーズンパン	牛乳 市販菓子	牛乳 ごはんの味噌おやき	牛乳 焼きそば	ヨーグルト 鉄強化ウエハース	牛乳 市販菓子
	15日	16日	17日	18日	19日	20日
昼食	敬老の日	ご飯 味噌汁(さつま芋・人参) ポークチャップ 甘酢白菜 果物	ご飯 味噌汁(大根・長葱) 鮭フライ 小松菜納豆和え 果物	ご飯 味噌汁(もやし・わかめ) マーボー豆腐 ブロッコリーツナ和え 果物	ご飯 豆乳味噌汁(ほうれん草・えのき) ほっけの磯辺焼き 人参含め煮 果物	ミートソーススパゲティ 小松菜しめじ炒め 果物
午後 おやつ		牛乳 ミルクパン	牛乳 南瓜ジャムサンド	牛乳 市販菓子・ゆでとうもろこし	牛乳 ポテトケーキ	牛乳 市販菓子
	22日	23日	24日	25日	26日	27日
昼食	ご飯 味噌汁(チンゲン菜・豆腐) 豚肉の香味焼き 人参甘煮 果物	秋分の日	ご飯 チキンカレー 大根わかめ和え 果物	ご飯 味噌汁(豆腐・人参) さばの照り焼き 春雨サラダ 果物	ご飯 味噌汁(キャベツ・麩) 大豆かき揚げ きゅうりのおかか和え 果物	味噌ラーメン 青のりポテト 果物
午後 おやつ	牛乳 レーズンパン		牛乳 きなこケーキ	牛乳 市販菓子	ヨーグルト 鉄強化ウエハース	牛乳 市販菓子
	29日	30日				
給食	ご飯 味噌汁(白菜・舞茸) 鶏肉みそ焼き 大根ときゅうりの酢の物 果物	バターロール 南瓜ポタージュ カレイのムニエル風 ほうれん草のサラダ 果物				
午後 おやつ	牛乳 ソフトドーナツ	牛乳 ごはんの味噌おやき				

9月均栄養量

※1歳児～2歳児は朝おやつに果物と牛乳が付きます

分	エネルギー	蛋白質	脂質	カリウム	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	塩
3歳～5歳児	374	16.7	16.7	856	301	2.3	226	0.44	0.45	30	