

2025年9月

卵

魚卵

予定献立表・幼児食
【鶏卵・魚卵アレルギー対応】

ハッピーチャイルド保育園

曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6	日	22	23	24	25	26	27
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ	お菓子		お菓子	お菓子	お菓子	
昼食	ごはん コーンコロッケ 切干の煮物 味噌汁	鶏の照焼き丼 南瓜の煮物 フルーツ 味噌汁	ごはん 白身魚の煮付け にんじんしりしり 味噌汁	ごはん 豚とさつま芋の甘辛炒め 白菜の煮浸し 味噌汁	ごはん 大根と鶏肉の照り煮 ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉じゃが キャベツ胡麻ネーズ 味噌汁	ごはん 豆腐の肉味噌グラタン キャベツの胡麻和え すまし汁	ごはん 豚肉の生姜焼 温野菜のサラダ スープ	ごはん 白身魚の胡麻味噌焼 大根と高野豆腐煮 すまし汁	ごはん 鶏肉のクリームソース煮 コールスローサラダ 味噌汁			
主要食材	米・じゃが芋・コーン・玉ねぎ・小麦粉 パン粉・きゃべつ・トマト・パプリカ 切干大根・人参・いんげん・味噌	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・いんげん 南瓜・フルーツ・味噌	米・メルー・サ・大根・玉ねぎ・人参 いんげん・ツナ缶・味噌	米・豚ひき肉・さつま芋・玉ねぎ アスパラ・白菜・もやし・人参・味噌	米・大根・人参・しめじ・鶏肉・玉ねぎ ごぼう・片栗粉・いんげん・じゃが芋 胡瓜・パプリカ・味噌	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 アスパラ・きゃべつ・胡瓜・ごま パプリカ・味噌	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・味噌 パプリカ・アスパラ・きゃべつ・胡瓜 ごま	米・豚肉・玉ねぎ・ピーマン・人参 しょうが汁・片栗粉・じゃが芋 ブロッコリー・酢	米・鶏肉・玉ねぎ・アスパラ・人参 高野豆腐・人参・いんげん コーン・胡瓜・酢	米・鶏肉・クリームソース・煮 豆腐・クリーム・片栗粉・きゃべつ コーン・胡瓜・酢			
おやつ	鮭おにぎり 牛乳	ホットケーキ 牛乳	ケチャップごはん 牛乳	バナナスクエア 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	グレープゼリー 牛乳	スイートかぼちゃ 牛乳			和風ピラフ 牛乳	マカロニミートソース 牛乳	さつま芋あべかわ 牛乳	
主要食材	米・さけフレーク	ホットケーキミックス・豆乳 マーガリン	米・鶏肉・玉ねぎ・人参 ケチャップ・パプリカ	ホットケーキミックス・豆乳・バナナ レモン汁	米・若芽	アガー・グレープジュース	南瓜・マーガリン・豆乳			米・ツナ缶・長ねぎ・小ねぎ・人参 マカロニ・鶏肉・人参・玉ねぎ ケチャップ・パセリ粉		さつま芋・きな粉	
1人当り 12歳未満	I kcal 518.0 kcal 蛋白質 15.8 g	I kcal 477.0 kcal 蛋白質 18.6 g	I kcal 489.0 kcal 蛋白質 23.4 g	I kcal 485.0 kcal 蛋白質 15.3 g	I kcal 532.0 kcal 蛋白質 23.8 g	I kcal 475.0 kcal 蛋白質 15.0 g	I kcal 476.0 kcal 蛋白質 23.9 g			I kcal 499.0 kcal 蛋白質 19.2 g	I kcal 489.0 kcal 蛋白質 26.8 g	I kcal 495.0 kcal 蛋白質 20.7 g	
3歳未満	I kcal 550.0 kcal 蛋白質 16.4 g	I kcal 507.0 kcal 蛋白質 23.0 g	I kcal 506.0 kcal 蛋白質 25.5 g	I kcal 537.0 kcal 蛋白質 17.9 g	I kcal 548.0 kcal 蛋白質 25.4 g	I kcal 502.0 kcal 蛋白質 16.9 g	I kcal 501.0 kcal 蛋白質 25.5 g			I kcal 518.0 kcal 蛋白質 20.9 g	I kcal 500.0 kcal 蛋白質 28.3 g	I kcal 517.0 kcal 蛋白質 22.6 g	
日	8	9	10	11	12	13	日	29	30	日中はまだまだ夏の暑さが残っていますが、朝夕は過ごしやすくなり少しずつ秋の気配を感じるようになりましたね。 秋といえば「食欲の秋」。給食にも秋のおいしい食材を取り入れていきます。 栄養たっぷりのご飯を食べて残暑に負けず、元気にすごしましょう。			
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ	お菓子	お菓子				
昼食	ごはん 豆腐の肉味噌かけ さつま芋とひじき煮 すまし汁	鶏肉の和風ピラフ 南瓜のきんぴら風 胡瓜のツナ和え 味噌汁	野菜味噌うどん 大根と高野豆腐煮 マヨネーズ和え フルーツ	ごはん ポトと豚挽肉のトナ ツナマカロニサラダ スープ	ごはん 白身魚のカラフル焼 白菜さわやか漬 味噌汁	ごはん 肉豆腐 きゃべつ味噌マヨ和え すまし汁	きのこカレー ひじきサラダ フルーツ スープ	わかめごはん 白身魚の照焼き ごま人参 味噌汁					
主要食材	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参 ピーマン・味噌・片栗粉・さつま芋 ひじき	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・小ねぎ 南瓜・ツナ缶・胡瓜・大根・味噌	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・白菜 味噌・大根・高野豆腐・いんげん きゃべつ・ほうれん草・パプリカ・パ プリカ	米・豚ひき肉・玉ねぎ・じゃが芋 トマト缶・パプリカ・パプリカ・マカロニ マヨネーズ・アスパラ・白菜・胡瓜 人参・ツナ缶・胡瓜・パプリカ	米・人参・メルー・サ・コーン・小ねぎ トマト缶・パプリカ・パプリカ・マカロニ マヨネーズ・アスパラ・白菜・胡瓜 人参・ツナ缶・胡瓜・パプリカ	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草 人参・じゃが芋・パプリカ・きゃべつ マヨネーズ・人参・味噌・マヨネーズ	米・鶏肉・しめじ・えのき・玉ねぎ 人参・じゃが芋・パプリカ・きゃべつ マヨネーズ・人参・味噌・マヨネーズ	米・若芽・メルー・サ・さつま芋 人参・いんげん・ごぼう・ごま 味噌					
おやつ	キャロットケーキ 牛乳	きなこフレンチトースト 牛乳	きんぴらおにぎり 牛乳	煮りんごヨーグルトがけ 牛乳	そぼろおにぎり 牛乳	アップルポンチ 牛乳	菜めしおにぎり 牛乳	ジャムケーキ 牛乳					
主要食材	ホットケーキミックス・マーガリン 豆乳・人参	食パン・豆乳・マーガリン・きな粉	米・ごぼう・人参	りんご・レモン汁・ヨーグルト	米・鶏肉・人参	バナナ・りんごジュース	米・菜めし	ホットケーキミックス・豆乳 いちごジャム					
1人当り 12歳未満	I kcal 496.0 kcal 蛋白質 20.8 g	I kcal 468.0 kcal 蛋白質 22.3 g	I kcal 486.0 kcal 蛋白質 19.3 g	I kcal 498.0 kcal 蛋白質 17.5 g	I kcal 515.0 kcal 蛋白質 21.7 g	I kcal 484.0 kcal 蛋白質 18.8 g	I kcal 544.0 kcal 蛋白質 20.5 g	I kcal 492.0 kcal 蛋白質 16.4 g					
3歳未満	I kcal 530.0 kcal 蛋白質 25.0 g	I kcal 507.0 kcal 蛋白質 26.8 g	I kcal 534.0 kcal 蛋白質 24.3 g	I kcal 518.0 kcal 蛋白質 18.4 g	I kcal 543.0 kcal 蛋白質 23.3 g	I kcal 510.0 kcal 蛋白質 20.3 g	I kcal 574.0 kcal 蛋白質 24.0 g	I kcal 507.0 kcal 蛋白質 17.8 g					
日	15	16	17	18	19	20	日	30	1	セミの鳴き声も秋の虫の声に変わりはじめる季節になってきました。年度の後半に向かっていくこの時期は、子ども達の活動量や食欲もぐんと増し、心身ともに成長する時でもあります。夏の疲れを残さず秋を迎えるために、まずは早めに就寝してゆっくり休むことから整えていきましょう。しっかり睡眠がとれると、朝ごはんをおいしく食べる週間にも繋がっていきます。			
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ <td>お菓子</td> <td>お菓子</td> <td colspan="4"></td>	お菓子	お菓子				
昼食	ごはん 白身魚の野菜甘酢あん 白菜のお浸し 味噌汁	ごはん 鶏肉の竜田揚げ マセドアンサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉の竜田揚げ マセドアンサラダ 味噌汁	ごはん 豆腐ハンバーグ野菜あん 南瓜のオムライス すまし汁	秋野菜カレー グリーンサラダ フルーツ スープ	ごはん 白身魚のツナ焼 アスパラと甘辛炒め 味噌汁							
主要食材	米・たらこ・小麦粉・玉ねぎ・人参 ピーマン・パプリカ・酢・片栗粉 白菜・ほうれん草・味噌	米・鶏肉・生揚げ・片栗粉・アスパラ じゃが芋・人参・胡瓜・味噌	米・鶏肉・生揚げ・片栗粉・アスパラ じゃが芋・人参・胡瓜・味噌	米・豆腐・片栗粉・鶏肉・玉ねぎ 人参・ほうれん草・片栗粉・南瓜 胡瓜・コーン・パプリカ・ケチャップ	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 パプリカ・しめじ・パプリカ・きゃべつ・胡瓜 アスパラ・酢・フルーツ	米・たらこ・小麦粉・パプリカ・パセリ粉 南瓜・アスパラ・玉ねぎ・しめじ・人参 味噌							
おやつ													
主要食材													
1人当り 12歳未満	I kcal 486.0 kcal 蛋白質 15.7 g	I kcal 520.0 kcal 蛋白質 18.3 g	I kcal 492.0 kcal 蛋白質 21.7 g	I kcal 500.0 kcal 蛋白質 20.7 g	I kcal 494.0 kcal 蛋白質 18.1 g								
3歳未満	I kcal 509.0 kcal 蛋白質 17.4 g	I kcal 551.0 kcal 蛋白質 19.6 g	I kcal 513.0 kcal 蛋白質 25.9 g	I kcal 543.0 kcal 蛋白質 25.0 g	I kcal 529.0 kcal 蛋白質 20.2 g								

■午前おやつは、お菓子類を提供しています。