

三永太陽保育園 9月献立表



※午前のおやつは3歳未満のお子様のみとなっております。

※やむを得ず、献立を変更することがございます。ご了承くださいませよう宜しくお願い致します。2025年9月1日

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう <small>ほうれんそうとこまつなせんべい</small>	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	ぎゅうにゅう ちょぼちょぼクッキー
お昼 ごはん	ごもくビーフン こまつなのナムルふう ももかん	おしむぎごはん とりのマスタードやき いりに みぞれじる パインかん	ごはん とうふのちゅうかに ちゅうかスープ オレンジ	ごはん スパニッシュオムレツ わかめサラダ みそしる キウイフルーツ	おしむぎごはん たらのからあげ ごしょくあえ みそしる みかんかん	ぶたにくのあまみそどん すましじる バナナ
午後 おやつ	おちゃ さけわかめおにぎり	ぎゅうにゅう レモンむしケーキ	ぎゅうにゅう チーズクッキー	ぎゅうにゅう きなこホイップサンド	ぎゅうにゅう マスカットゼリー	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	8	9	10	11	12	13
午前 おやつ	ぎゅうにゅう チョコイス	ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ぎゅうにゅう マリービスケット
お昼 ごはん	はっぼうめん ひじきのごまマヨサラダ みかんかん	さんまごはん ちくぜんに えのきともやしのスープ ももかん	ごはん <small>ハンバーグのきのこソースかけ キャベツとコーンのあえもの</small> みそしる パインかん	おしむぎごはん さばのカレームニエル やさいソテー すましじる オレンジ	ごはん とうふのふんわりあげ こまつなのおかかあえ みそしる ブルーベリーゼリー	ガーリックピラフ <small>とりにくとやさいのトマトスープ</small> ヨーグルト
午後 おやつ	おちゃ <small>えのきとツナのたきこみおにぎり</small>	ぎゅうにゅう ココアブラマンジェ	おちゃ りんごフルーチェ	ぎゅうにゅう さつまいもスティックパイ	ぎゅうにゅう ベジきなこ	ぎゅうにゅう せんべい・きなこもち
	15	16	17	18	19	20
午前 おやつ	【敬老の日】	ぎゅうにゅう ウエハース	おちゃ きなこヨーグルト	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう ハイハイ	ぎゅうにゅう たまごボーロ
お昼 ごはん		<small>きのこベーコンのバターしょうゆスライスパティ</small> わふうサラダ パインかん	あおなごはん まつかぜやき こんさいサラダ すましじる キウイフルーツ	ごはん さけのこうそうパンこやき はるさめのすのもの みそしる ももかん	【たんじょうかい】 ☆おたのしみメニュー☆	きのこたきこみごはん あおなのあえもの とんじる バナナ
午後 おやつ		おちゃ まっかなあきおにぎり	ぎゅうにゅう じゃがもち	ジョア ごまケーキ	おちゃ プリンアラモード	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	22	23	24	25	26	27
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ごさかなせんべい	【秋分の日】	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう マリービスケット	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ
お昼 ごはん	かやくうどん すみそあえ みかんかん		てんしんはん ちゅうかサラダ ヨーグルト	おしむぎごはん あかうおのてりやき きりほしだいこんのごますあえ みそしる オレンジ	カツカレー ひろしまレモンのサラダ ももかん	たんたんどん かふうスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ おはぎ		ぎゅうにゅう サブレ	ぎゅうにゅう ハッシュドポテト	ぎゅうにゅう にんじんジャムサンド	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	29	30				
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ムーンライトクッキー	ぎゅうにゅう ウエハース				
お昼 ごはん	みそラーメン わかめとだいこんのサラダ パインかん	ごはん <small>こうやどうふとやさいのもの</small> はっぼうじる なし				
午後 おやつ	おちゃ ひじきごはんのおにぎり	ぎゅうにゅう とうにゅうくずもち				

月間平均栄養摂取量

一日平均摂取量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
3歳以上児	519kcal	20.0g	15.7g	78.6g	1.5g
3歳未満児	457kcal	17.9g	15.4g	65.9g	1.2g