

令和 7 年



9月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	牛乳	非常食体験	非常食体験	牛乳		
2 火	牛乳	ご飯 あじの蒲焼 大豆入りサラダ なめこの味噌汁 桃缶	牛乳 小倉トースト	牛乳・あじ・大豆水煮缶 詰・麦みそ・こしあん	米・薄力粉・油・砂糖・片栗粉・食パン・無塩バター	キャベツ・きゅうり・にんじん・なめこ・たまねぎ・乾わかめ・白桃缶
3 水	牛乳	ご飯 ホークチャップ 切干大根としらすの和え物 野菜スープ	お茶 アイスクリーム	牛乳・ふたかた・しらす干し・かつお節・アイスクリーム	米・薄力粉・油・砂糖	たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ・切干しだいこん・きゅうり・にんじん・ほうれんそう・くりかぼちゃ
4 木	牛乳	ご飯 ホイコーロー もやしの胡麻和え 豆腐のすまし汁	お茶 バナナフルーチェ	牛乳・ふた肉・赤色辛みそ・絹ごし豆腐	米・ごま油・片栗粉・いりごま・砂糖・さといも・フルーチェ	キャベツ・たまねぎ・乾しいたけ・にんじん・りょくとうもやし・さやいんげん・生しいたけ・バナナ
5 金	牛乳	ご飯 れんこんのつくね焼き ほうれん草の納豆和え なすの味噌汁	牛乳 食パンラスク	牛乳・ふたひき肉・納豆・削り節・麦みそ	米・片栗粉・砂糖・ごま油・食パン・有塩バター・グラニュー糖	にんじん・れんこん・ほうれんそう・にんじん・なす・ゆでオクラ・たまねぎ
6 土	牛乳	豚肉チャーハン ブロッコリーの黒ごま和え 白菜のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふたもも(皮脂無)・まぐろ水煮缶詰	米・ごま油・ごま・砂糖・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・青ねぎ・にんじん・ブロッコリー・きゅうり・はくさい・乾しいたけ
8 月	牛乳	ご飯 豚肉のマーマレード炒め 干草和え じゃが手の味噌汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・ふた肉・ロースハム・油揚げ・麦みそ・きな粉	米・油・砂糖・ごま油・じゃがいも	たまねぎ・マーマレードジャム・ほうれんそう・もやし・にんじん・えのきたけ・バナナ
9 火	牛乳	ご飯 さばのみりん漬け 大根サラダ はんぺんのすまし汁	牛乳 ジャムサンド	牛乳・さば・はんぺん	米・砂糖・食パン・有塩マーガリン	おろししょうが・だいこん・きゅうり・にんじん・コーン・カットわかめ・たまねぎ・生しいたけ・いちごジャム
10 水	牛乳	麻婆丼 アスパラのごま和え たまごスープ	お茶 カルピス蒸しパン	牛乳・豆腐・ふたひき肉・赤色辛みそ・鶏卵	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ごま・ホットケーキミックス・カルピス	にんじん・乾しいたけ・青ねぎ・アスパラガス・キャベツ・ほうれんそう・たまねぎ
11 木	牛乳	ご飯 カレイのバター醤油かけ もやし中華サラダ 小松菜スープ	牛乳 麩のきなこラスク	牛乳・まがれい・若鶏むね(皮なし)・きな粉	米・薄力粉・無塩バター・砂糖・ごま油・いりごま・釜焼きふ・有塩バター・グラニュー糖	りょくとうもやし・にんじん・きゅうり・こまつな・長ねぎ・黄パプリカ
12 金	牛乳	食パン 鶏肉のヒカタ ポテトサラダ コーンスープ	お茶 やみつきおにぎり	牛乳・鶏もも(皮なし)・鶏卵・ロースハム・豆乳	食パン・薄力粉・油・じゃがいも・マヨドレ・七分つき米・てんかす	トマトケチャップ・にんじん・きゅうり・たまねぎ・コーン・青のり
13 土	牛乳	焼き鳥丼 三色ナムル かぼちゃのスープ	牛乳 お菓子	牛乳・鶏もも(皮なし)	米・片栗粉・油・砂糖・ごま油・いりごま・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・青のり・ほうれんそう・だいずもやし・にんじん・くりかぼちゃ・はくさい・青ねぎ
16 火	牛乳	ご飯 魚のおろしソースかけ かみかみサラダ きゃべつのすまし汁	牛乳 きな粉クリームサンド	牛乳・さくら・蒸しかまぼこ・きな粉・豆乳	米・油・砂糖・片栗粉・食パン	おろしだいこん・青ねぎ・れんこん・にんじん・きゅうり・コーン・キャベツ・しめじ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	454	18.7	15.2	241	1.8	177	0.28	0.37	20	3.4	1.5
3歳以上	519	21.6	15.5	236	2.3	198	0.34	0.39	25	4.3	1.6

令和 7 年



9月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17	水	牛乳	チキンカレー ブロッコリーサラダ オレンジ	牛乳 かぼちゃケーキ	牛乳・若鶏もも・ツナ 缶・豆乳	米・じゃがいも・油・砂糖・ ホットケーキミックス	にんじん・たまねぎ・ゆでブ ロッコリー・きゅうり・オレンジ ・かぼちゃ
18	木	牛乳	親子丼 春雨サラダ 中華スープ	牛乳 ブルーベリーマフィン	牛乳・若鶏もも皮なし・ 鶏卵・かにかまぼこ	米・砂糖・緑豆はるさめ・ご ま油・ホットケーキミックス ・無塩バター	たまねぎ・生しいたけ・青ね ぎ・きゅうり・チンゲンサイ・ ゆでだけのご・にんじん・ブ ルーベリージャム
19	金	牛乳	なみえ焼きそば 梅ドレッシングサラダ さくさく汁 カップヨーグルト	お茶 じゅうねんぼたもち	牛乳・ふたもち(皮脂 無)・かつお節・焼き豆 腐・ヨーグルト・きな粉	ゆでうどん・油・砂糖・さと いも・米・ごま	りょくとうもやし・きゅうり・ キャベツ・にんじん・梅干し調 味漬・だいこん・乾しいたけ
20	土	牛乳	★食育献立 福島県の郷土料理 カハオライス きゅうりとコーンのマリネ みかん缶	牛乳 お菓子	牛乳・ふたひき肉	米・油・砂糖	たまねぎ・赤ピーマン・しめ じ・きゅうり・にんじん・コー ン・みかん缶詰
22	月	牛乳	五目ラーメン かぼちゃサラダ バナナ	お茶 菜飯おにぎりといりこ	牛乳・若鶏むね・ロース ハム	中華めん・ごま油・マヨド レ・米	はくさい・にんじん・カットわ かめ・青ねぎ・くいかぼちゃ・ きゅうり・バナナ・菜飯の素
24	水	牛乳	ゆかりごはん 鮭の照り焼き キャベツのごま和え 大根とにらのスープ	お茶 バナナコーンフレーク	牛乳・さけ・若鶏むね(皮 なし)	米・砂糖・いりごま・コーン フレーク	キャベツ・ゆでさやいんげん・ にんじん・だいこん・にら・バ ナナ
25	木	牛乳	ご飯 豚のしょうが焼き ひじきホドト 麩の味噌汁	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳・ふたもち(皮脂 無)・ツナ缶・絹ごし豆 腐・麦みそ・豆乳	米・油・じゃがいも・砂糖・ マヨドレ・花麩・ホットケー キミックス	たまねぎ・乾ひじき・にんじ ん・キャベツ
26	金	牛乳	ピラフ ハンバーグ ブロッコリーとかぼちゃのサラダ コンソメスープ ヤクルト ★誕生日会メニュー	お茶 梨のフルーツポンチ	牛乳・牛ひき肉・ふたひ き肉・鶏卵・ヤクルト	米・パン粉・油・マヨドレ・ 砂糖	たまねぎ・冷凍ミックスベジタ ブル・トマトケチャップ・ゆで ブロッコリー・かぼちゃ・きゅ うり・にんじん・なし・みかん 缶詰・バインアップル缶詰・バ ナナ
27	土	牛乳	肉うどん もやしのごま和え フルーツゼリー	牛乳 お菓子	牛乳・ふたもち(皮脂 無)・油揚げ	ゆでうどん・砂糖・いりご ま・ゼリー・鉄+コラーゲン ウエハース(ココア)	はくさい・にんじん・青ねぎ・ だいずもやし・ほうれんそう
29	月	牛乳	ご飯 鶏のカレー風味焼き ちくわサラダ 根菜スープ	お茶 プリン	牛乳・鶏もも(皮なし)・ ちくわ	米・薄力粉・さといも・プリ ン	ゆでブロッコリー・きゅうり・ にんじん・だいこん
30	火	牛乳	ロールパン ミートオムレツ マリネサラダ ポトフ風スープ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・鶏卵・牛ひき肉・ ふたひき肉・ウィンナー ソーセージ	ロールパン・有塩バター・ 油・砂糖・じゃがいも・米	たまねぎ・トマトケチャップ・ にんじん・きゅうり・アスパラ ガス・キャベツ



離乳食後期 献立表

令和 7年9月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
01 (月)	お茶	非常食体験	非常食体験	・麦茶
02 (火)	お茶	軟飯・魚の煮物・きゅうりスティック・キャベツのコンソメスープ	おやつパン粥	・麦茶・米・たい・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・キャベツ・ブイオン・食パン・牛乳・砂糖
03 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・ほうれん草スープ	たべっ子BABY	・麦茶・米・鶏ひき肉・冷凍くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ほうれん草・たまねぎ・ブイオン・麦茶・ビスケット
04 (木)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・にんじんスティック・豆腐のすまし汁	バナナ	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・薄口しょうゆ・バナナ
05 (金)	お茶	軟飯・豚肉とほうれん草の煮物・にんじんスティック・なすの味噌汁	ベビービスケット	・麦茶・米・ぶたひき肉・ほうれん草・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・なす・たまねぎ・麦みそ・ビスケット
06 (土)	お茶	豚肉と野菜の雑炊・きゅうりスティック・白菜のスープ	お菓子	・麦茶・米・ぶたひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・きゅうり・はくさい・薄口しょうゆ・せんべい
08 (月)	お茶	軟飯・鶏肉とほうれん草の煮物・にんじんスティック・じゃが芋の味噌汁	バナナ	・麦茶・米・鶏ひき肉・ほうれん草・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・じゃがいも・麦みそ・バナナ
09 (火)	お茶	軟飯・鮭と大根の煮物・ブロッコリースティック・玉ねぎスープ	おやつパン粥	・麦茶・米・さけ・だいこん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・たまねぎ・薄口しょうゆ・食パン・牛乳・砂糖
10 (水)	お茶	しらすと豆腐の雑炊・アスパラスティック・ほうれん草の味噌汁	白蒸しパン	・麦茶・米・絹ごし豆腐・しらす干し・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・冷凍ほうれん草・たまねぎ・麦みそ・麦茶・ホットケーキミックス・牛乳・油
11 (木)	お茶	軟飯・カレイの煮物・きゅうりスティック・小松菜スープ	麩のきなこラスク	・麦茶・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・こまつな・冷凍くりかぼちゃ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・きゅうり・釜焼きふ・有塩バター・きな粉・グラニュー糖
12 (金)	お茶	食パン・鶏じゃが・きゅうりスティック・コンソメスープ	あおさ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・たまねぎ・ブイオン・薄口しょうゆ・麦茶・米・青のり
13 (土)	お茶	鶏そうすい・にんじんスティック・かぼちゃのスープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・ほうれん草・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・にんじん・くりかぼちゃ・はくさい・薄口しょうゆ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
16 (火)	お茶	軟飯・カレイのおろし煮・にんじんスティック・きゃべつのすまし汁	きな粉パン粥	・麦茶・米・まがれい水・おろしだいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・キャベツ・きゅうり・食パン・牛乳・砂糖・きな粉
17 (水)	お茶	軟飯・肉じゃが・ブロッコリースティック・にんじんスープ	クッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・にんじん・たまねぎ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・マンナビスケット
18 (木)	お茶	鶏雑炊・きゅうりスティック・チンゲン菜の中華スープ	ポーロ	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・きゅうり・チンゲンサイ・鶏がらだし・赤ちゃんポーロ・いちごジャム
19 (金)	お茶	軟飯・しらすとキャベツの煮物・大根スープ・ベビーヨーグルト	きな粉粥	・麦茶・米・しらす干し・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん・薄口しょうゆ・ヨーグルト・麦茶・きな粉
20 (土)	お茶	しらす雑炊・玉ねぎスープ・みかん缶	お菓子	・麦茶・米・しらす干し・ゆでブロッコリー・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・みかん缶詰・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
22 (月)	お茶	軟飯・白菜と鶏肉の中華煮・にんじんスティック・かぼちゃスープ	菜めし粥	・麦茶・米・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・冷凍くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・麦茶・菜飯の素
24 (水)	お茶	軟飯・鮭の煮物・大根スティック・キャベツスープ	バナナ	・麦茶・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん・にんじん・薄口しょうゆ・バナナ
25 (木)	お茶	しらす雑炊・ブロッコリースープ・スライスバナナ	ベブスナック	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・ゆでブロッコリー・ブイオン・薄口しょうゆ・バナナ・コーンスナック
26 (金)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃの煮物・ブロッコリースティック・コンソメスープ	みかん缶	・麦茶・米・鶏ひき肉・かぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・にんじん・ブイオン・薄口しょうゆ・みかん缶詰
27 (土)	お茶	煮込みうどん・にんじんスティック・ほうれん草スープ	お菓子	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・にんじん・ほうれん草・たまねぎ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
29 (月)	お茶	軟飯・鶏肉とブロッコリーのうま煮・人参スティック・大根スープ	ビスケット	・麦茶・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・だいこん・薄口しょうゆ・麦茶・たべっ子BABY
30 (火)	お茶	軟飯・鶏肉と玉ねぎの煮物・じゃが芋スティック・豆腐の味噌汁	白蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・じゃがいも・絹ごし豆腐・キャベツ・麦みそ・ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油
30 (土)	お茶	食パン・しらすとじゃが芋の煮物・アスパラスティック・ポトフ風スープ	サケ粥	・麦茶・食パン・しらす干し・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・たまねぎ・キャベツ・ブイオン・食塩・米・鮭フレーク



離乳食中期 献立表

令和 7年9月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (月)	非常食体験	
2 (火)	7倍粥・魚の煮物・キャベツスープ	・米・たい・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
3 (水)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・かぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
4 (木)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
5 (金)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・なすのスープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
6 (土)	鶏肉と野菜の雑炊・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・はくさい
8 (月)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも
9 (火)	7倍粥・鮭と大根の煮物・玉ねぎスープ	・米・さけ・だいこん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・にんじん
10 (水)	しらすと豆腐の雑炊・ほうれん草スープ	・米・絹ごし豆腐・しらす干し・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
11 (木)	7倍粥・カレーの煮物・小松菜スープ	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな・冷凍くりかぼちゃ
12 (金)	パン粥・鶏じゃが・玉ねぎスープ	・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
13 (土)	鶏そうすい・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ・はくさい
16 (火)	7倍粥・カレーのおろし煮・きゃべつのすまし汁	・米・まがれい水煮・おろしだいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・きゅうり
17 (水)	7倍粥・肉じゃが・にんじんスープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・たまねぎ
18 (木)	鶏雑炊・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・チンゲンサイ
19 (金)	7倍粥・しらすとキャベツの煮物・大根スープ・ベビーヨーグルト	・米・しらす干し・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・ヨーグルト
20 (土)	しらす雑炊・玉ねぎスープ	・米・しらす干し・ゆでブロッコリー・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)
22 (月)	7倍粥・白菜と鶏肉の煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ・たまねぎ
24 (水)	7倍粥・鮭の煮物・キャベツスープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
25 (木)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・キャベツ
26 (金)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・かぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
27 (土)	煮込みうどん・ほうれん草スープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・冷凍ほうれんそう・たまねぎ
29 (月)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの旨煮・大根スープ	・米・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)
30 (火)	パン粥・しらすとじゃが芋の煮物・ポトフ風スープ	・食パン・しらす干し・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・キャベツ