

予定献立表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
 食種名： 3歳未満児
 期間： 令和7年09月01日(月)～令和7年09月30日(火)



管理者	園長	責任者

		間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
1	月	牛乳 	☆防災給食 コーンコロック ケ・子魚入りお 浸し・味噌汁 (麩・小松菜)・ 梨・ごはん	牛乳・乾パン	普通牛乳/豚ひき肉 生/鶏卵 全卵 生/ しらす干し 微乾燥品 /かつお 加工品 削 り節/いかなご 煮干 し	じゃがいも 塊茎 生 /薄力粉 1等/パン 粉 乾燥/サラダ油 (揚げ用)/焼きふ 釜 焼きふ/水稲穀粒 精 白米 うるち米/乾パ ン	スイートコーン 缶詰 赤カブネ ルスタイル/たまねぎ り ん茎 生/キャベツ 結球葉 生/こまつな 葉 生/日本なし 生	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ	458 16.8 17 1.3
2	火	牛乳	ささみフライ・ 胡麻ドレッシング 和え・味噌汁 (切干大根、油 揚げ)・柿・ごは ん	牛乳・カステラ	普通牛乳/若鶏肉 さ さ身 生/鶏卵 全卵 生/油揚げ 生/いか なご 煮干し	薄力粉 1等/パン粉 乾燥/サラダ油(揚げ 用)/水稲穀粒 精白 米 うるち米	キャベツ 結球葉 生 /にんじん 根 皮つ き 生/きゅうり 果 実 生/だいこん 切 干し/だいこん 乾/か き 甘がき 生	中濃ソース /ごまド レッシング /米みそ 甘 みそ	509 21.6 15.9 1.1
3	水	牛乳	豚肉しょうが焼 き・ひじきサラ ダ・みそ汁(わか め・長葱)・ぶど う・ごはん	牛乳・鮭わかめ おにぎり	普通牛乳/ぶた こ ま切れ/いかなご 煮 干し/鮭フレーク	調合油/車糖 三温糖 /すりごま/水稲穀 粒 精白米 うるち米 /水稲めし 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/ ほしひじき/にんじ ん 根 皮つき 生/ きゅうり 果実 生/ ごぼう 根 生/乾燥 わかめ 素干し 水戻 し/根深ねぎ 葉 軟 白 生/ぶどう 生	こいくち しょうゆ/ マヨネーズ 全卵型/米 みそ 淡色辛 みそ/精製 塩 家庭用	508 22.8 17.6 1.8
4	木	牛乳	肉団子のケ チャップ和・酢 の物・コンソメ スープ(もやし ・小松菜)・パ イン缶・ごはん	牛乳・ごまめ・ クラッカー	普通牛乳/豚ひき肉 生/鶏卵 全卵 生/ かに風味かまぼこ/ ベーコン/かたくち いわし 煮干し	じゃがいもでん粉/ 調合油/車糖 上白糖 /水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生 /根深ねぎ 葉 軟白 生/にんじん 根 皮 つき 生/きゅうり 果実 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/ブ ラックマップもやし 生/こまつな 葉 生 /パインアップル 缶詰	こいくち しょうゆ/ トマトケ チャップ/ 中濃ソース /米酢/固 形ブイヨン /精製塩 家 庭用/こ しょう 黒 粉	496 22.8 19.6 1.7
5	金	牛乳	サバの味噌煮・ 春雨と野菜のソ テー・けんちん 汁・梨・ごはん	麦茶・バナナ ヨーグルト	普通牛乳/ますのす け 焼き/若鶏肉 も も 皮つき 生/木綿 豆腐/ヨーグルト 全 脂無糖	車糖 三温糖/はるさ め 普通はるさめ 乾 /調合油/ごま油/ さといも 球茎 生/ 水稲穀粒 精白米 う るち米	たまねぎ りん茎 生 /にんじん 根 皮つ き 生/乾しいたけ 乾/青ピーマン 果実 生/ごぼう 根 生/ だいこん 根 皮つき 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/日本な し 生/バナナ 生	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ/固 形ブイヨン /だし汁/ 精製塩 家庭 用	424 18 14.7 1.2
8	月	牛乳 	さんが焼き(既 製品可)・胡麻和 え・トマト・す まし汁(はんぺ ん・ほうれん 草)・柿・ごはん	牛乳・ごんじゅ うおにぎり	普通牛乳/まあじ 皮 付 生/焼き竹輪/は んぺん/いかなご 煮 干し/かつお 加工品 かつお節/ぶた こ ま切れ/油揚げ 油拔 き 生	ごま いらい/車糖 上 白糖/水稲穀粒 精白 米 うるち米	しそ 葉 生/しょう が 根茎 生/根深ね ぎ 葉 軟白 生/ほう れんそう 葉 通年平均 生/にんじん 根 皮つき 生/キャベツ 結球葉 生/トマト 果実 生/かき 甘が き 生	米みそ 淡色 辛みそ/こ いくちしょ うゆ/食塩 /うすくち しょうゆ	616 27.7 14.5 1.5
9	火	牛乳	鶏つくね・キャ ベツの即席漬 け・味噌汁(玉 葱・しめじ)・み かん缶・ごはん	牛乳・ジャムサ ンド	普通牛乳/鶏ひき肉 生/鶏卵 全卵 生/ いかなご 煮干し	車糖 上白糖/じゃが いもでん粉/水稲穀 粒 精白米 うるち米 /食パン	れんこん 根茎 生/ にんじん 根 皮つき 生/たまねぎ りん茎 生/生しいたけ 生 /ひじき ほしひじ き/しょうが 根茎 生/キャベツ 結球葉 生/ぶなしめじ 生/ 温州みかん 缶詰 果 肉/いちご ジャム 低糖度	食塩/うす くちしょう ゆ/こいく ちしょうゆ /米みそ 甘 みそ	432 19.6 13.2 1.5

予定献立表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
 食種名： 3歳未満児
 期間： 令和7年09月01日(月)～令和7年09月30日(火)



管理者	園長	責任者

	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
10	水	牛乳 チキンカレー・福神漬け・大根サラダ・ゆでたまご・梨・ごは ん	牛乳・フルーツゼリー	普通牛乳/若鶏肉 もも皮つき生/脱脂粉乳/まぐろ 缶詰油漬 ルーク 刺身/鶏卵 全卵 生	じゃがいも 塊茎 生/薄力粉 1等/サラダ油/水稲穀粒 精白米 うるち米/車糖 上白糖	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 福神漬/だいこん 根皮つき 生/きゅうり 果実 生/日本なし 生/てんぐさ 寒天/温州みかん 缶詰 果肉/パイナップル 缶詰	カレールー/マヨネーズ 全卵型	528 17.7 21.8 1.5
11	木	牛乳・ビスケット  ハンバーグ照り焼きソース・せん野菜の和風サラダ・かき玉汁・みかん缶・ごは ん	牛乳・食べっこ動物ビスケット・ミニゼリー	普通牛乳/豚ひき肉 生/脱脂粉乳/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/えび 加工品 干しえび/いかなご 煮干し	パン粉 乾燥/サラダ油/加工糖 粉糖/ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/だいこん 根皮つき 生/あおのり 素干し/乾燥わかめ 素干し 水戻し/温州みかん 缶詰 果肉	塩・こしょう/うすくちしょうゆ/だし汁/こいくちしょうゆ/精製塩 家庭用	548 23.2 22.4 1.4
12	金	牛乳 鮭の竜田揚げ・お浸し(ほうれん草・キャベツ)・豚汁・ぶどう・ごは ん	牛乳・バナナ・ウエハース(鉄&Ca)	普通牛乳/めかじき 生/かつお 加工品 削り節/ぶた肉/木綿豆腐	じゃがいもでん粉/サラダ油(揚げ用)/さといも 球茎 生/板こんにやく 精粉こんにやく/ごま油/水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/スイートコーン 缶詰 ホルネースタイル/ほうれんそう 葉 通年平均 生/キャベツ 結球葉 生/あまのり 焼きのり/ごぼう 根 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 根 皮つき 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/生しいたけ/ぶどう 生/バナナ 生	こいくちしょうゆ/だし汁/米みそ 淡色辛みそ	472 19.9 18 1.2
16	火	牛乳 鮭のムニエル・粉ふき芋・トマトサラダ・味噌汁(なめこ・葱)・ぶどう・ごは ん	牛乳・スキムきなご飴・せんべい	普通牛乳/ぎんざけ 養殖 生/鶏卵 全卵 生/プロセスチーズ/いかなご 煮干し/脱脂粉乳/きな粉 全粒大豆 黄大豆	薄力粉 1等/調合油/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米/水あめ	たまねぎ りん茎 生/パセリ 葉 生/トマト 果実 生/きゅうり 果実 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/なめこ 生/ぶどう 生	精製塩 家庭用/マヨネーズ 全卵型/米酢/塩・こしょう/オリーブオイル/ドレッシング/米みそ 淡色辛みそ	518 23.5 22.2 1.6
17	水	麦茶・せんべい なすミートスパゲティ・お浸し(キャベツ・コーン)・コンソメスープ(もやし・小松菜)・梨・ごは ん	麦茶・ヨーグルト	豚ひき肉 生/乳肥牛肉 もも 脂身つき 生/パルメザンチーズ/かつお 加工品 削り節/ベーコン/ヨーグルト 脱脂加糖	マカロニ・スパゲッティ ゆで/サラダ油(揚げ用)/薄力粉 1等/調合油/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	なす 果実 生/たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/にんにく りん茎 生/キャベツ 結球葉 生/スイートコーン 缶詰 ホルネースタイル/ブラックマッペもやし 生/こまつな 葉 生/日本なし 生	トマトケチャップ/トマトピューレー/ウスターソース/精製塩 家庭用/こいくちしょうゆ/固形ブイヨン/こしょう 黒粉	407 14.8 10.4 1.8
18	木	牛乳 炒り豆腐・胡瓜の即席漬け・ウィンナー・トマト・味噌汁(いんげん・わかめ)・パイン缶・ごは ん	牛乳・ポテトチップ・ごまめ	普通牛乳/豚ひき肉 生/木綿豆腐/鶏卵 全卵 生/ウインナーソーセージ/いかなご 煮干し/かたくちいわし 煮干し	車糖 上白糖/サラダ油/水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生/さやえんどう 若ざや 生/たまねぎ りん茎 生/きゅうり 果実 生/トマト 果実 生/さやいんげん 若ざや 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/パイナップル 缶詰	こいくちしょうゆ/食塩/トマトケチャップ/米みそ 淡色辛みそ	504 23.4 21.9 2.5
19	金	牛乳 コーンとえびのかき揚げ・キャベツの昆布和え・味噌汁(かぶ・油揚げ)・キウイフルーツ・ごは ん	コーンフレーク	普通牛乳/むきえび(しばえび) /パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/油揚げ 生/いかなご 煮干し	薄力粉 1等/サラダ油(揚げ用)/水稲穀粒 精白米 うるち米/コーンフレーク	スイートコーン 缶詰 ホルネースタイル/にんじん 根皮つき 生/たまねぎ りん茎 生/パセリ 葉 生/キャベツ 結球葉 生/塩昆布/かぶ 根 皮つき 生/キウイフルーツ 緑肉種 生	米みそ 淡色辛みそ	454 19 14.8 1.8

予定献立表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
 食種名： 3歳未満児
 期間： 令和7年09月01日(月)～令和7年09月30日(火)



管理者	園長	責任者

	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
22 月	牛乳・ビスケット	カレー・福神漬 け・ゆで野菜 (もやしと青 菜)・フルーツカ クテル・ごはん	牛乳・ヨーグル ト蒸しパン	普通牛乳/ぶた こ ま切れ/脱脂粉乳/ ヨーグルト ドリンク タイプ 加糖/ヨーグ ルト 全脂無糖	じゃがいも 塊茎 生 /薄力粉 1等/サラ ダ油/水稲穀粒 精白 米 うるち米/プレ ミックス粉 ホット ケーキ用	たまねぎ りん茎 生 /にんじん 根 皮つ き 生/だいこん 福 神漬/ブラックマッ ペもやし 生/こまつ な 葉 生/温州みか ん 缶詰 果肉/パイン アップル 缶詰/キウイ フルーツ 緑肉種 生	カレー粉/ 中濃ソース /食塩	540 17.1 15.7 0.9
24 水	麦茶・せんべい	焼肉・若布胡瓜 コンのトレッシグ和 え・味噌汁(ジャ ガイモ・玉ね ぎ)・柿・ごはん	牛乳・カスター ドプリン	ぶた こま切れ/い かなご 煮干し/普通 牛乳/鶏卵 全卵 生 /鶏卵 卵黄 生	サラダ油/じゃがい も 塊茎 生/水稲穀 粒 精白米 うるち米 /車糖 上白糖	しょうが 根茎 生/ 乾燥わかめ 素干し 水戻し/きゅうり 果 実 生/スイートコー ン 缶詰 ホルカーネスタイル/たま ねぎ りん茎 生/かき 甘がき 生	こいくち しょうゆ/フ ィチドレッシング 分離液状/ 米みそ 淡色 辛みそ	450 18.8 13.9 1.3
25 木	牛乳	麻婆ナス・トマ トサラダ・レ バーの胡麻和 え・コーン卵 スープ・梨・ご はん	牛乳・ふかし いも	普通牛乳/豚ひき肉 生/プロセスチーズ /鶏副生物 肝臓 生 /鶏卵 全卵 生	サラダ油(揚げ用)/ ごま油/車糖 上白糖 /じゃがいもでん粉 /ごま いらい/水稲穀 粒 精白米 うるち米 /さつまいも 塊根 皮むき 生	なす 果実 生/根深 ねぎ 葉 軟白 生/ しょうが 根茎 生/ トマト 果実 生/ きゅうり 果実 生/ス イートコーン 缶詰 ホルカーネ スタイル/バセリ 葉 生 /日本なし 生	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ/サ ンアイトド レッシング/固 形ブイヨン	546 20 22.5 1.6
26 金	牛乳 	鮭の塩焼き・野 菜ソテー味噌 味・スープ(あさ り・わかめ・ 卵)・りんご・ご はん	オレンジジュ ース・ミルクず もち	普通牛乳/ぎんざけ 養殖 生/あさり 水 煮/鶏卵 全卵 生/ きな粉 全粒大豆 黄 大豆	無発酵バター 有塩バ ター/車糖 上白糖/ じゃがいもでん粉/ 水稲穀粒 精白米 う るち米	キャベツ 結球葉 生 /にんじん 根 皮つ き 生/ぶなしめじ 生/レモン 果汁 生 /乾燥わかめ 素干し 水戻し/りんご 皮む き 生/バレンシア ストレートジュース	食塩/米み そ 淡色辛み そ/精製塩 家庭用/固 形ブイヨン	417 17.5 12.2 1.2
29 月	麦茶・せんべい	煮込みうどん・ 二色そばろ・ ヨーグルト・ 梨・ごはん	牛乳・カステラ	若鶏肉 もも 皮つき 生/蒸しかまぼこ/ いかなご 煮干し/鶏 卵 全卵 生/鶏ひき 肉 生/ヨーグルト 脱脂加糖/普通牛乳	干しうどん ゆで/車 糖 上白糖/調合油/ 車糖 三温糖/水稲穀 粒 精白米 うるち米	ほうれんそう 葉 通 年平均 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/にんじ ん 根 皮つき 生/ しょうが 根茎 生/ さやえんどう 若ぎや 生/日本なし 生	こいくち しょうゆ/ 食塩	498 20.8 11.9 1.3
30 火	牛乳	鶏肉のマヨチ ーズ焼き・プロ ックロー・トマ ト・すまし汁(ほ うれん草・花 麩)・オレンジ ・ごはん	牛乳・ゼリー	普通牛乳/若鶏肉 も も 皮つき 生/プロ セスチーズ/いかな ご 煮干し	焼きふ 釜焼きふ/水 稲穀粒 精白米 う るち米	たまねぎ りん茎 生 /バセリ 葉 生/に んじん 根 皮つき 生 /ブロッコリー 花序 生/トマト 果実 生 /ほうれんそう 葉 通年平均 生/乾しい たけ 乾/ネーブル 砂じょう 生	マヨネーズ 全卵型/ 塩・こしょ う/固形ブ イヨン/こ いくちしょ うゆ/精製 塩 家庭用	483 21.3 20.1 1.3

目各 標食 品取 群量 の	(平均 使用 取量)	エ ネ ル ギ ー	たん ぱ く 質	脂 質	炭 水 化 物	ナ ト リ ウ ム	カ リ ウ ム	カ ル シ ウ ム	鉄	ビ タ ミ ン				食 物 繊 維	食 塩 相 当 量
										A	B1	B2	C		
g	g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
合計		482	20.1	16.9	66.8	597	769	298	1.7	277	0.29	0.42	28	3.2	1.4
栄養素別摂取目標		480	24.0	16.0	70.0	0	450	220	2.5	210	0.30	0.34	22	1.8	1.4
充足率		100.4	83.8	105.6	95.4	0.0	170.9	135.5	68.0	131.9	96.7	123.5	127.3	177.8	100.0

予定献立表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
 食種名： 3歳未満児
 期間： 令和7年09月01日(月)～令和7年09月30日(火)



管理者	園長	責任者

間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)



9月の特色

・9月1日 防災給食



毎年9月1日は「防災の日」に制定されています。防災への備えや意識を高めることを目的としています。そんな大切な日に、給食でもα米を提供します。いざ災害がおきた時に少しでも口にできるよう、食べてみるのも大事なことです。また、おやつでも非常時用のおやつを提供します。ご家庭でも用意してある防災食の期限をチェックして入れ替えの際に試食してみましよう！

・9月8日 郷土料理 ～千葉・館山～

給食 ・サンガ焼き
 おやつ ・ごんじゅうおにぎり
 今年もやってきました。9月と言えば「やわたんまち」！！
 今月は千葉県館山市の名産献立です。
 おやつでは「ごんじゅうおにぎり」。豚バラ肉と油揚げを甘辛く煮て混ぜたもので、館山地域で古くから食べられてきた郷土料理です。



・ごんじゅうとは・・・？
 古くより、旧暦10月は全国の八百万(やおよろず)の神々が出雲の国に集まる月とされています。各地で神々が留守になるため「神無月」と言われています。安房の国(現在の千葉県南部を占めた旧国名)の人々が、出雲を目指してお参りに出掛ける時に、安全を祈って食べたのが「ごんじゅう」だと言われています。5本の指で握る。5と5で(10)から「ごんじゅう」となったそうです。
 現在では秋祭りである「やわたんまち」のお神輿の担ぎ手に振舞う習慣から、おもてなし料理の一つとして食べられるようになり、それぞれの家庭ごとに味が受け継がれています。そんな歴史ある料理をぜひ子ども達にも味わってほしいと思います。



・9月12日 お月見会



今年の十五夜は10月6日です。園では一足早くお月見会を行ないます。すすきやお団子、秋の収穫物をお供えして、実りに感謝する行事です。1年で最も美しいとされる「中秋の名月」をご家庭でも鑑賞してみてください(^^) ※食材の発注や園の行事により、献立を変更する場合がございます。

