



令和7年9月

草加なかよし保育園

日 ／ 曜	献 立 名	材料名（昼食・午後おやつ）				午前おやつ	栄 養 価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	午後おやつ	
18 （ 金 ）	ポークビーンズ モモ もやしのナムル ごはん コンソメスープ（キャベツ・にんじん・たまねぎ）	米、じゃがいも、砂糖、ごま油	牛乳、豚こま肉、だいず、ごま	もも、にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、トマト、きゅうり	ケチャップ、食塩、しょうゆ、コンソメ	牛乳 おせんべい 牛乳 おせんべい ビスケット	エネルギー 588 kcal たんぱく質 21.5 g 脂 質 16.1 g カルシウム 220 mg
19 （ 土 ）	ビビンバ キャベツのごま和え 味噌汁（もやし・わかめ・豆腐） みかん	米、砂糖、ごま油	牛乳、豚ひき肉、豆腐、みそ、ごま	りんご、もやし、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、みかん、わかめ	かつおだし、にぼしだし、しょうゆ、しょうが、食塩	牛乳 スティックビスケット 牛乳 りんごゼリー	エネルギー 533 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 14.3 g カルシウム 221 mg
24 （ 木 ）	お月見うどん 野菜かき揚げ バナナ	うどん、さつまいも、マーガリン、油、砂糖、天かす	牛乳、鶏もも肉、かまぼこ	バナナ、にんじん、ほうれんそう	かつおだし、みりん、しょうゆ、中濃ソース、食塩	牛乳 野菜スティック 牛乳 お月見スイートポテト	エネルギー 606 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 22.5 g カルシウム 212 mg
25 （ 金 ）	ツナと豆腐の落とし揚げ ミニゼリー カミカミ和え ごはん すまし汁（お麴・わかめ・にんじん）	米、小麦粉、砂糖、油、マヨネーズドレッシング、麴	牛乳、豆腐、ツナ、ごま	にんじん、たまねぎ、もも、みかん、バナナ、パイナップル、だいこん、きゅうり、わかめ、切干大根	かつおだし、にぼしだし、しょうゆ、コンソメ、食塩	牛乳 クリームサンドビスケット 牛乳 フルーツボンチ	エネルギー 583 kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 14.9 g カルシウム 244 mg
26 （ 土 ）	ハヤシライス コールスローサラダ 味噌汁（えのきたけ・とうふ・こまつな） みかん	米、じゃがいも、マヨネーズドレッシング、砂糖	牛乳、豚小間肉、豆腐、みそ	にんじん、みかん、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、こまつな、きゅうり	かつおだし、にぼしだし、ハヤシルウ、ケチャップ、中濃ソース、食塩	牛乳 おせんべい 牛乳 ビスケット おせんべい	エネルギー 558 kcal たんぱく質 21.1 g 脂 質 15.7 g カルシウム 289 mg
28 （ 月 ）	サクサクチキン モモ もやしのナムル ごはん 味噌汁（もやし・なめこ・油揚げ）	米、じゃがいも、油、パン粉、コーンフレーク、砂糖、片栗粉、ごま油	牛乳、鶏ささ身、油揚げ、みそ、ごま	もやし、もも、きゅうり、なめこ、にんじん	かつおだし、にぼしだし、しょうゆ、中濃ソース、パセリ粉	牛乳 スティックビスケット 牛乳 いももち	エネルギー 556 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 15.8 g カルシウム 213 mg
29 （ 火 ）	シチュー 小松菜サラダ ごましおごはん パイナップル	米、じゃがいも、マカロニ、砂糖	豆乳、牛乳、鶏もも肉、きな粉	たまねぎ、パイナップル、もやし、にんじん、こまつな、フロッコリー、きゅうり	しょうゆ、シチュールウ	牛乳 野菜スティック 豆乳 マカロニきな粉	エネルギー 624 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 16.0 g カルシウム 326 mg
30 （ 水 ）	ハンバーグ ミニゼリー 春雨サラダ ごはん コンソメスープ（キャベツ・にんじん・たまねぎ）	米、ホットケーキミックス、砂糖、パン粉、はるさめ、ごま油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、豆腐、生クリーム	たまねぎ、もやし、キャベツ、にんじん、もも、きゅうり、パイナップル、さくらんぼ、みかん	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、食塩、しょうが、コンソメ、カレー粉	牛乳 バタービスケット 牛乳 お誕生日ケーキ	エネルギー 601 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 19.0 g カルシウム 201 mg

☆仕入れの都合により、献立が変更になる場合がございます。変更になった場合は玄関のホワイトボード掲示にてお知らせいたします。

0歳児は誤食・誤嚥防止のため、鶏卵を使用していない食材が提供されます。

- 朝おやつ
4日
8日
14日
30日
- 鉄ウエハース
ちくわの磯辺揚げ
マシュマロサンド
マシュマロコンフレーク
お誕生日ケーキ
- ⇒ 白湯
⇒ ミルクウエハース
⇒ 0歳児は鶏卵が入っていないちくわを使用します
⇒ ビスケット
⇒ コーンフレーク
⇒ フルーツヨーグルト

