

9がつ ほいくえんきゅうしょくこんだてひょう



令和7年8月26日発行
牛久市保育課

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午前 午後	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		1歳児	未満児/以上児
1 ／ 月	ごはん とりのレモンバジルナゲット きりぼしだいこんのにも じゃがいものみそしる	せんべい/精白米/米油/上白糖/じゃがいも/マカロニ	国産鶏のレモンバジルナゲット/油揚げ/ポークウイニー/かつお節/わかめ/牛乳/きな粉	切干しだいこん/にんじん/しめじ/たまねぎ	せんべい ぎゅうにゅう マカロニきなこまぶし	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	416 528 16.9 22.5 9.8 13.8 1.5 1.9
2 ／ 火	しょくばん さけのコーンマヨネーズやき ぐだくさんスープ なし	せんべい/食パン/小麦粉/とうもろこし缶/マヨネーズ/バター/はるさめ/米油/スパゲッティ	さけ/粉チーズ/油揚げ/牛乳/ウイナー	こまつな/にんじん/ねぎ/なし/たまねぎ/ピーマン	せんべい ぎゅうにゅう ナポリタン	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	524 556 21.2 25.8 22.4 22.7 1.9 2.1
3 ／ 水	ごはん にくだんこやさいのあますあじ キッスオーシャンサラダ ファールちゃん のみそしる (なすのみそしる)	精白米/米油/上白糖/かたくり粉/とうもろこし缶/ごま油/小麦粉	鶏肉団子/鶏肉/大豆/わかめ/カニカマフレーク/かつお節/牛乳/たまご	野菜フルーツジュース/しょうが/たまねぎ/ピーマン/パイン缶/キャベツ/にんじん/きゅうり/なす/ねぎ	やさいフルーツジュース ぎゅうにゅう にんじんころもやき	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	490 563 17.1 21.1 15.6 19.6 1.8 2.1
4 ／ 木	ブルーベリーパン トマトのオムレツ のりすあえ やさいスープ	せんべい/ブルーベリーパン/米油/たべっこペイビー	たまご/チーズ/まぐろ缶/のり/ベーコン/牛乳	トマト/こまつな/もやし/にんじん/たまねぎ/トウモロコシ	せんべい ぎゅうにゅう ビスケット	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	438 536 19.9 25.4 20.1 26.4 2.1 2.5
5 ／ 金	ひじょうようごはん ひじょうようみそしる (他の副菜)	せんべい/アルファ化米/アルファ化わかめごはん/米油/プレミックス粉	牛乳/チーズ/ウイナー/豆乳		せんべい ぎゅうにゅう ウイナーいりホットケーキ	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	398 383 10.3 11.5 13.5 10.5 1.3 1.1
6 ／ 土	どようびカレーライス わかめスープ フルーツゼリー	せんべい/精白米/米油/じゃがいも/ごま油	ウイナー/わかめ/豆腐/牛乳	たまねぎ/にんじん/ねぎ/フルーツゼリー	せんべい ぎゅうにゅう せんべい	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	463 508 11.7 13.2 13.7 14.5 1.5 1.6
8 ／ 月	ロールパン マカロニミートソース はるさめスープ	せんべい/ロールパン/マカロニ/米油/はるさめ/ごま油/米粉/上白糖	鶏肉団子/大豆/チーズ/凍り豆腐/ロースハム/牛乳/豆乳/きな粉/小魚	ピーマン/たまねぎ/にんじん/なす/えのき/ねぎ/こまつな	せんべい ぎゅうにゅう きなこめクッキー こざかな 0歳児なし	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	473 544 19.2 22.3 21.1 25.3 1.9 2.3
9 ／ 火	ごはん(むぎいり) キッスマーボー ブロッコリーのサラダ わかめのみそしる	せんべい/精白米/おむぎ/米油/上白糖/かたくり粉/ごま/さつまいも/ぶどうパン	豆腐/豚肉/大豆/焼き竹輪/かつお節/わかめ/牛乳	にんじん/ねぎ/しょうが/ブロッコリー	せんべい ぎゅうにゅう ぶどうパン	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	551 585 21.3 25.5 18.1 16.4 2.2 2.3
10 ／ 水	ごはん ツナとちくわのいためもの ほうれんそうとしらすのサラダ きりぼしだいこんのみそしる	精白米/ごま油/上白糖/米油/いちごメロンパン	まぐろ缶/焼き竹輪/しらす干し/混合だし(かつお節・いわし・煮干し)/生揚げ/牛乳	野菜フルーツジュース/たまねぎ/にんじん/キャベツ/にら/ほうれんそう/みかん缶/切干しだいこん	やさいフルーツジュース ぎゅうにゅう いちごメロンパン 0歳児せんべい	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	503 580 18.0 21.9 14.2 17.7 1.8 2.0
11 ／ 木	まるパン ホキのパンこやき にんじんごまサラダ コーンスープ	せんべい/丸パン/パン粉/米油/ごま/はるさめ/上白糖/とうもろこし缶	ホキ/ヨーグルト/牛乳/ロースハム/チーズ	にんじん/もやし/きゅうり/キャベツ/たまねぎ/バナナ	せんべい ぎゅうにゅう バナナ チーズ	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	443 562 20.6 25.8 14.7 19.1 1.9 2.4
12 ／ 金	ごもくまぜすし ごまキャベツ じゃがたまスープ	せんべい/精白米/上白糖/ごま/じゃがいも/バームクーヘン	油揚げ/干ひじき/めかじき/凍り豆腐/なると巻/たまご/しらす干し/ベーコン/牛乳/クリーム(乳脂肪・植物性脂肪)	ごぼう/にんじん/しめじ/キャベツ/きゅうり/にら/みかん缶	せんべい ぎゅうにゅう たんじょうかいケーキ	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	525 586 18.9 24.3 21.3 22.6 2.1 2.0
13 ／ 土	メロンパン チーズ ぎゅうにゅう フルーツゼリー	せんべい/メロンパン	チーズ/牛乳	フルーツゼリー/白ぶどうとうほうれんそうジュース	せんべい しろぶどうほうれんそうジュース せんべい	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	415 458 9.3 14.0 13.7 17.8 1.0 1.2
16 ／ 火	ごはん カツオブレークと だいこんのみそに こまつなのサラダ タロハルくんのけんちんじる (さといものけんちんじる)	せんべい/精白米/米油/上白糖/とうもろこし缶/ごま油/こんにゃく/さといも/小麦粉	かつお味付缶/生揚げ/凍り豆腐/チーズ/さつまあげ/かつお節/牛乳/しらす干し/たまご	にんじん/だいこん/ねぎ/こまつな/ごぼう/しめじ/キャベツ	せんべい ぎゅうにゅう じゃこのころもやき	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	506 548 18.4 22.7 19.4 19.3 2.0 1.9
17 ／ 水	コッペパン さけのムニエル きゅうりのマヨあえ ワンドンスープ	コッペパン/小麦粉/米油/ワンドン/バター/上白糖/プレミックス粉/さつまいも	さけ/かつお節/焼き竹輪/ベーコン/牛乳	野菜フルーツジュース/にんじん/きゅうり/ねぎ/こまつな/もやし	やさいフルーツジュース ぎゅうにゅう さつまいもクッキー	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	439 561 17.1 23.3 21.4 28.9 1.6 2.1

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午前 午後	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		1歳児	未満児/以上児
18 ／ 木	まるパン ぶたにくのトマトに ブロッコリーのごますあえ きのこスープ	せんべい/丸パン/じゃがいも/米油/上白糖/ごま	豚肉/鶏肉団子/大豆/油揚げ/豆腐/ウイナー/なると巻/牛乳/ヨーグルト	たまねぎ/にんじん/ブロッコリー/もやし/しめじ/えのき/みかん缶/バナナ	せんべい ぎゅうにゅう フルーツヨーグルト	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	458 525 22.2 25.9 17.1 20.5 1.8 2.2
19 ／ 金	くすしどうふの たまごとじどん もやしとこまつなのあえもの かぼちゃのみそしる	せんべい/精白米/上白糖/かたくり粉/ごま/ごま油/こんにゃく/きなこ/スク	たまご/豆腐/混合だし(かつお節・いわし・煮干し)/しらす干し/牛乳	にんじん/たまねぎ/もやし/こまつな/かぼちゃ/ねぎ	せんべい ぎゅうにゅう きなこラスク 0歳児せんべい	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	538 599 17.4 22.8 19.7 20.6 2.1 2.2
20 ／ 土	やきうどん ぎゅうにゅう	せんべい/うどん/とうもろこし缶/油	ベーコン/牛乳	キャベツ/たまねぎ/にんじん/白ぶどうとうほうれんそうジュース	せんべい しろぶどうほうれんそうジュース せんべい	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	403 473 9.2 13.1 13.8 18.2 1.4 1.6
22 ／ 月	ごはん コーンカレー ちゅうかサラダ はっこうにゅう	せんべい/精白米/米油/とうもろこし缶/じゃがいも/はるさめ/ごま/ごま油/上白糖	鶏肉団子/大豆/凍り豆腐/脱脂粉乳/ロースハム/ショアカルシウム&ビタミン/牛乳/豆乳プリン/チーズ	たまねぎ/にんじん/きゅうり	せんべい ぎゅうにゅう とうにゅうプリン チーズ	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	541 616 17.5 20.4 16.9 20.6 1.4 1.9
24 ／ 水	ごはん にざかな なっとうあえ さつまいものみそしる	精白米/上白糖/さつまいも/食パン/バター	めかじき/納豆/かつお節/混合だし(かつお節・いわし・煮干し)/油揚げ/牛乳	野菜フルーツジュース/しょうが/こまつな/もやし/にんじん/しめじ/ねぎ	やさいフルーツジュース ぎゅうにゅう ココアトースト 0歳児シュガートースト	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	472 560 19.7 25.4 13.2 17.7 1.6 2.1
25 ／ 木	ココアパン マカロニグラタン やさいスープ アセロラゼリー	せんべい/ココアパン/シチュールー/マカロニ/米油/パン粉/中華めん	豆乳/チーズ/昆布/ベーコン/生揚げ/牛乳/豚肉	たまねぎ/にんじん/ブロッコリー/しめじ/キャベツ/だいこん/アセロラゼリー/こまつな	せんべい ぎゅうにゅう やきそば	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	479 560 18.3 21.8 15.6 19.6 2.3 2.5
26 ／ 金	ちゅうかどん (むぎいりごはん) とうふとわかめのみそしる	せんべい/精白米/おむぎ/とうもろこし缶/米油/かたくり粉/白玉粉	鶏肉団子/なると巻/凍り豆腐/かつお節/豆腐/わかめ/牛乳/あおりのしらす干し/チーズ	キャベツ/もやし/たまねぎ/にんじん/こまつな/ねぎ	せんべい ぎゅうにゅう もちもちおやき 未満児せんべい チーズ	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	521 574 18.2 23.8 19.5 20.0 1.7 1.8
27 ／ 土	ロールパン チーズ ぎゅうにゅう フルーツゼリー	せんべい/すこやかロールパン	チーズ/牛乳	フルーツゼリー/白ぶどうとうほうれんそうジュース	せんべい しろぶどうほうれんそうジュース せんべい	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	399 429 8.4 12.8 11.9 15.1 1.0 1.2
29 ／ 月	ごはん かにたまやき こんぶと チャラボンのにも (こんぶとさつまいものにも) だいこんのみそしる	せんべい/精白米/米油/上白糖/ごま油/さつまいも/薄力粉/バター	たまご/カニカマフレーク/鶏肉団子/昆布/大豆/かつお節/油揚げ/ソファール元気ヨーグルト/チーズ/牛乳/のり/小魚	こまつな/ねぎ/にんじん/だいこん	せんべい ヨーグルト のりとチーズのクッキー こざかな 0歳児なし	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	449 533 19.0 22.7 11.6 14.4 1.7 2.1
30 ／ 火	ごはん いわしのしょうがに 0、1歳児たちのてりやき スパゲッティサラダ ぐだくさんみそしる	せんべい/精白米/スパゲッティ/さつまいも/こんにゃく/米油/サフレ	いわし生妻煮/たら/ロースハム/生揚げ/さつまあげ/かつお節/牛乳	きゅうり/にんじん/ごぼう/こまつな/ねぎ	せんべい ぎゅうにゅう クッキー	1歳児 - たんばく質 脂 質 食塩相当量	536 583 18.6 21.8 20.6 21.4 1.7 1.7

- 都合により、食材や献立を変更する場合は、掲示等でお知らせいたします。
- 12日の午後のおやつは、0、1歳児クラスはバウムクーヘンとみかん缶です。
- 材料名のプレミックス粉は、ホットケーキミックス（卵乳不使用）です。
- 主食がパンの時は、0歳クラスはご飯又はパンになります。（咀嚼を考慮して対応します。）



今月の牛久市青果市場予定食材

小松菜・長ねぎ・ごぼう・さつま芋・じゃがいも・きゅうり・なす

地産地消を推進するために、牛久市青果市場の食材を優先に使用しています。
産地は、翌月に保育園の掲示板上に掲載します。

うしく やさい
USHIKU野菜オーケストラ

災害時給食 5日（金）

緊急時対応の訓練に沿った給食を提供します。

- ☆ごはん・・・アルファ化米
- ☆味噌汁・・・主に乾物の具材
- ☆他の副菜（備蓄食材を使用）

0歳児 離乳食

- ☆ミルク
- ☆お粥・・・アルファ化米
- ☆4種の根菜と鶏ささみ・・・瓶入り離乳食

