

令和7年 9月 予定献立表

寺田保育園

日	曜	主食	副 食	お や つ		行事
			共 食	10時(未満児)	3時(共通)	
1	月	ご飯	肉じゃが・ワカメとじゃこの酢の物・お麴の味噌汁	チーズ	マカロニあべかわ	
2	火	パン	魚のアンGRES・小松菜サラダ・りんご・オクラのスープ	おせんべい	カルピスゼリー	
3	水	ご飯	麻婆豆腐・もやしの海苔ナムル・中華スープ	大根煮	たこ焼き	
4	木	パン	巣ごもり卵・根菜サラダ・ブロッコリースープ	ヨーグルト	野菜チップス・バナナ	
5	金	ご飯	魚の照り焼き・野菜の梅和え・みかん・南瓜の味噌汁	ヒロス	コーンマヨパン	
6	土	パン	肉うどん・さつま芋ゴマ天・レタス・トマト	りんご	枝豆・ちくわ煮	
8	月	ご飯	高野豆腐の卵とじ・きゅうりの塩昆布和え・ふし麺汁	じゃが芋ロースト	フルーツヨーグルト	
9	火	ご飯	お月見カレー・うずらのぶぶあられ揚げ・ブロッコリーと海老のサラダ・一口ゼリー・スープ	クラッカー	ブルーベリークランブルケーキ	誕生会
10	水	パン	魚のピザ焼き・レタスとアスパラのサラダ・ごぼうスープ	みかん	ゴマ豆腐	
11	木	パン	オープンオムレツ・キャベツとりんごのサラダ・春雨スープ	バナナ	たぬきおにぎり	
12	金	ご飯	鶏のから揚げ・干大根和え・もずくの味噌汁	人参煮	煮豆	
13	土	パン	ミートソーススパゲティー・ジャーマンポテト・メロン	ごぼうスティック	ビスケット・みかん	
15	月		敬老の日			
16	火	パン	スタミナ炒め・ビーフンサラダ・コーンスープ	ウエハース	月見団子	お月見
17	水	ご飯	芋ご飯・魚の塩焼き・クーバイリチー・りんご・味噌汁	ゆでブロッコリー	牛乳餅のきなこがけ	
18	木	パン	チキン南蛮・チンゲン菜のソテー・トマトスープ	南瓜ロースト	カリカリコーン・チーズ	
19	金	ご飯	魚のホイル焼き・マカロニサラダ・豆腐の味噌汁	くず練り	カルシウムトースト	
20	土	パン	かき玉そうめん・ししゃも天・レタス・デラウェア	大根煮	フルーツミックス	
22	月	ご飯	魚のもみじ焼き・ほうれん草の胡麻和え・えのきの味噌汁	りんご	フライドごぼう	
23	火		秋分の日			
24	水	ご飯	豚丼・卵焼き・白菜のゆかり和え・じゃが芋の味噌汁	ビスケット	みかんヨーグルト	
25	木	パン	魚のゴマフライ・ブロッコリーサラダ・トマト・ワカメスープ	コーンフレーク	おはぎ	お彼岸
26	金	ご飯	豆腐のお好み焼き風・南瓜とひじきの和え物・小板の味噌汁	人参スティック	りんご蒸しパン	
27	土	パン	ちゃんぽん・手作りしゅうまい・スライスきゅうり・みかん	ゼリー	薄焼きせんべい・バナナ	
29	月	ご飯	親子煮・キャベツの酢味噌和え・りんご・味噌汁	さつま芋ロースト	ちんびん	
30	火	パン	ペンネグラタン・カラフルサラダ・大根スープ	バナナ	アイスクリーム・クラッカー	

※  色付きの枠内のおやつは手作りです

※ 10時と3時おやつには牛乳・スキムミルク・野菜果物ジュース等が付きます



クーバイリチーとは？

沖縄県の郷土料理で、クーブ(昆布)をイリチーする(炒め煮する)ことからこの名前が付けました。作り方は、切昆布・油揚げ・丸天・にんじんなどの具材を炒め、出汁・しょうゆ・砂糖などの調味料を加えて煮込みます。昆布には食物繊維が含まれており、整腸や高血圧の予防などの効果があるといわれています。

