



2024年度 9月 予定献立表

幼保連携型認定こども園
明石南こどもの城

※ナッツ類全般は使用しておりません（くるみ、ピーカンナッツ、カシューナッツ、ピーナッツ、アーモンド等）



日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼 食	午後おやつ	延長保育 おやつ
1	月	せんべい ほうじ茶	ごはん 豆腐の五目あんかけ ブロッコリー コンソメスープ フルーツ缶	揚げパン 牛乳	ウエハース ほうじ茶
2	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 鰯のみそ焼き じゃが芋とさつま揚げの煮物 豆腐のみそ汁 キウイ	焼きそば 牛乳	せんべい ほうじ茶
3	水	ビスケット ほうじ茶	ごはん 豚肉のピカタ キャベツサラダ わかめスープ バナナ	スイートポテト カルピス	クッキー ほうじ茶
4	木	ウエハース ほうじ茶	ゆかりごはん 鰯のチーズ焼き ブロッコリーのわかめ和え 白湯スープ りんご	じゃがもち 牛乳	クラッカー ほうじ茶
5	金	せんべい アップルジュース	ジャムサンド 豆腐グラタン ブロッコリー かぼちゃスープ バナナ	切干大根ごはん ほうじ茶	せんべい カルピス
6	土	クッキー 牛乳	シーフードピラフ 春雨スープ パイン	カステラ 牛乳	
7	日				
8	月	せんべい ほうじ茶	ごはん プリの香味焼き オクラの酢の物 大根のすまし汁 パイン	パンプキンホットケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
9	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 和風玉子焼き 切干大根煮 あさり汁 バナナ	ごはんお焼き ほうじ茶	せんべい カルピス
10	水	せんべい 牛乳	ごはん 鮭のみそマヨ焼 ナムル なめこ汁 オレンジ	フルーツクリームサンド 牛乳	ビスケット ほうじ茶
11	木	せんべい 牛乳	麻婆豆腐丼 中華スープ 梨	お好み焼き 牛乳	ウエハース ほうじ茶
12	金	せんべい ほうじ茶	ロールパン ハンバーグ コールスロー コーンスープ りんご	チャーハン ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
13	土	ボーロ 牛乳	醤油ラーメン きんぴらレンコン バナナ	チーズドック 牛乳	
14	日				
15	月		敬老の日		
16	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 鰯のみそ焼き じゃが芋とさつま揚げの煮物 豆腐のみそ汁 キウイ	焼きそば 牛乳	せんべい ほうじ茶
17	水	ビスケット ほうじ茶	ごはん 豚肉のピカタ キャベツサラダ わかめスープ バナナ	スイートポテト カルピス	クッキー ほうじ茶
18	木	ウエハース ほうじ茶	ゆかりごはん 鰯のチーズ焼き ブロッコリーのわかめ和え 白湯スープ りんご	じゃがもち 牛乳	クラッカー ほうじ茶
19	金	せんべい ほうじ茶	ジャムサンド 豆腐グラタン ブロッコリー かぼちゃスープ バナナ	★手作りおはぎ★ ほうじ茶	せんべい カルピス
20	土	クッキー 牛乳	シーフードピラフ 春雨スープ パイン	カステラ 牛乳	
21	日				
22	月	クラッカー ほうじ茶	ごはん 和風玉子焼き 切干大根煮 あさり汁 フルーツ缶	肉まん アップルジュース	せんべい ほうじ茶
23	火		秋分の日		
24	水	せんべい 牛乳	ごはん 豚のしょうが焼き ナムル なめこ汁 オレンジ	フレンチトースト 牛乳	ビスケット ほうじ茶
25	木	せんべい 牛乳	ナポリタン コンソメスープ 梨	お麩ラスク 牛乳	ウエハース ほうじ茶
26	金	せんべい ほうじ茶	ロールパン コロッケ コールスロー コーンスープ りんご	ツナチャーハン ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
27	土	ボーロ 牛乳	醤油ラーメン きんぴらレンコン バナナ	チーズドック 牛乳	
28	日				
29	月	せんべい ほうじ茶	ごはん プリの香味焼き オクラの酢の物 大根のすまし汁 パイン	パンプキンホットケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
30	火	せんべい 牛乳	ごはん 和風玉子焼き 切干大根煮 あさり汁 バナナ	大学芋 牛乳	ボーロ ほうじ茶

※都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、市販の菓子類を提供いたします。



★今月の行事食★ 19日…手作りおはぎ

9/20(土)から9/26(金)までの7日間は秋のお彼岸です。
このお彼岸の中日を『秋分の日』と言い、昼と夜の長さが
ほぼ同じになる日として知られています。
お彼岸には“おはぎ”を食べる風習がありますが、
小豆の赤色には邪気を払う力があるとされ、先祖供養と結びついています。
19日の午後おやつにおはぎをいただきます。



今月の平均栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
・3歳未満児	485kcal	18.8g	14.7g	1.3g
・3歳以上児	596kcal	24.2g	17.7g	1.6g