



令和7年 9月の献立表



遠竹保育園

日	曜日	主食	献立表		9時おやつ(未満児)		3時おやつ	
1	月	カレー	豆腐のキーマカレー	コールスローサラダ 果物	牛乳 クラッカー	牛乳	マドレーヌ	
2	火	ごはん	魚のゴマみそ焼き	しらす和え 吸物 チーズ	牛乳 りんご	スキム	バナナ	
3	水	ごはん	きのこグラタン	ハロワわかめ コンスープ 果物	牛乳 バナナ	スキム	ラスク	
4	木	お 弁 当 の 日 			牛乳 チーズ	牛乳	米菓子	
5	金	ごはん	スパニッシュオムレツ	ひじきのサラダ スープ 果物	牛乳 りんご	スキム	マシュマロサンド	
6	土	ごはん	ひじきスパゲティ	竹輪のゴマ炒め 吸物 果物	牛乳 ビスケット	牛乳	おせんべい	
8	月	カレー	チキンカレー	シーチキンサラダ 果物	牛乳 バナナ	牛乳	バニラクッキー	
9	火	ごはん	魚の竜田揚げ	法蓮草ゴマ和え 味噌汁 果物	牛乳 りんご	スキム	パイ菓子	
10	水	ごはん	ハンバーグ	カミカミサラダ スープ 果物	牛乳 梨	牛乳	パンケーキ	
11	木	ごはん	炒り豆腐	わかめ和え 吸物	牛乳 バナナ	牛乳	フルーツヨーグルト	
12	金	ごはん	肉じゃが	ゴマ酢和え 味噌汁 果物	牛乳 りんご	スキム	くず練り	
13	土	ごはん	サラダうどん	炒り卵 吸物 果物	牛乳 クラッカー	牛乳	おせんべい	
15	月	敬 老 の 日						
16	火	ごはん	カミカミ天ぷら	ドレッシング和え 味噌汁 果物	牛乳 りんご	スキム	ココアプリン	
17	水	お に ぎ り の 日 			牛乳 ビスケット	牛乳	クッキー菓子	
18	木	ごはん	魚のマヨネーズ焼き	切干大根煮 吸物 ヨーグルト	牛乳 りんご	スキム	バナナ	
19	金	パン	サンドイッチ	ミルクスープ 果物	牛乳 チーズ	牛乳	パウンドケーキ	
20	土	運 動 会						
22	月	ハヤシ	ハヤシライス	野菜サラダ 果物	牛乳 クラッカー	牛乳	ヨーグルトケーキ	
23	火	秋 分 の 日						
24	水	ごはん	豚肉の野菜炒め	中華サラダ 吸物 果物	牛乳 バナナ	牛乳	チュロス	
25	木	誕生会	ビビンバ	チャンプル風サラダ スープ 果物	牛乳 りんご	スキム	フルーツパフェ	
26	金	ごはん	魚の磯辺揚げ	和風サラダ 味噌汁 果物	牛乳 チーズ	スキム	ツナパン	
27	土	ごはん	肉うどん	金平 果物	牛乳 りんご	牛乳	おせんべい	
29	月	カレー	ポークカレー	サイコロサラダ ヨーグルト	牛乳 ビスケット	牛乳	スコーン	
30	火	ごはん	筑前煮	人参しりしり 味噌汁 果物	牛乳 バナナ	スキム	白玉団子	

誕生会、パンの日は箸のみお願いします。
※都合により献立変更することがあります



お月見



お月見とは、月の満ち欠けが農作業の大きな指標になっていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。平安時代に、「中秋の名月」を祝う習慣として一般的になりました。だんごやさといもなど月に見立てた丸い物と、葉先のとんがりに邪気をはらう力があるとされているススキや秋の七草をお供えます。ご家庭でも丸い物を食卓に並べて、お月見気分を味わってみましょう。