



2025 年 9 月 献立表

広島キリスト教社会館保育所

	献立名	食品名	おやつ
1日 (月)	麻婆丼 リャンバンサンスー	はいが精米 木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん ニラ ねぎ 赤みそ かたくり粉 はるさめ 鶏むね肉 きゅうり にんじん ごま ごま油	フルーツポンチ
2日 (火)	焼そば ポテトサラダ	ゆで中華めん 豚肉 たまねぎ キャベツ マヨネーズ にんじん ビーマン かつお節 青のり じゃがいも きゅうり にんじん シーチキン コーン りんご マヨネーズ	ラスク 牛乳・いりこ
3日 (水)	鶏肉の塩こうじ焼き 小松菜のおひたし みそ汁	鶏もも肉 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ かぼちゃ キャベツ ねぎ 麦みそ 煮干し	豆乳もち お茶・いりこ
4日 (木)	ハヤシライス 海藻サラダ	はいが精米 牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム ハヤシルウ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	蒸しパン 牛乳・いりこ
5日 (金)	メンタイのフライ ひじきの炒り煮 みそ汁	メンタイ 薄力粉 たまご パン粉 ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにやく 干しいたけ 木綿豆腐 えのきだけ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	みかんゼリー おかし
6日 (土)	ロールパン やさしいサラダ わんたんスープ	ロールパン レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン コーン マヨネーズ わんたん たまねぎ にんじん えのきだけ テンゲン菜 ごま コンソメ ごま油	おかし 牛乳・いりこ
8日 (月)	オムレツ サラダ キャロットスープ	たまご 合いびき肉 たまねぎ トマトケチャップ レタス きゅうり ちりめんじゃこ にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
9日 (火)	ラーメン ギョーザ きゅうり漬	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 水菜 ねぎ 鶏がら ぎょうざ きゅうり ごま油	ごへいもち 牛乳・いりこ
10日 (水)	チャプチェ わかめ汁 キム	牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し 焼きのり ごま油	ウィンナーフリッター 牛乳・いりこ
11日 (木)	さんまの塩焼 さつまいもの煮物 みそ汁	さんま 大根 さつまいも 木綿豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	クッキー 牛乳・いりこ
12日 (金)	カツサンド やさしいサラダ ラタトゥイユ	食パン 豚肩ロース 薄力粉 たまご パン粉 ソース レタス きゅうり にんじん コーン なす にんじん ビーマン たまねぎ トマト コンソメ ねぎ	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
13日 (土)	ロールパン スパゲティサラダ ミートボールスープ	ロールパン スパゲティ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
15日 (月)			
16日 (火)	天ぷらうどん キャベツのごまあえ なし	うどん 焼き竹輪 たまねぎ にんじん みつば 薄力粉 たまご ねぎ 煮干し キャベツ にんじん ごま 梨	ヨーグルト おかし
17日 (水)	豚肉のしょうが焼 きゅうりの酢の物 みそ汁	豚肉 たまねぎ ビーマン しょうが きゅうり わかめ しらす干し ごま かぼちゃ キャベツ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	ピザトースト 牛乳・いりこ
18日 (木)	カレーライス ヨーグルトサラダ	はいが精米 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん カレールウ プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん 缶詰 バイナッフル缶詰	ホットケーキ 牛乳・いりこ
19日 (金)	いわしフライ 切干大根の炒め煮 すまし汁	まいわし 薄力粉 たまご パン粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 木綿豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	わらびもち 牛乳・いりこ
20日 (土)	ロールパン マカロニサラダ ポトフ	ロールパン マカロニ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ ウィンナー じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
22日 (月)	三色丼 みそ汁	はいが精米 鶏ひき肉 たまご ほうれんそう たまねぎ わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	たこやき風ポテト 牛乳・いりこ
23日 (火)			
24日 (水)	鮭の照焼 煮豆 けんちん汁	鮭 うずら豆 木綿豆腐 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しいたけ ねぎ 煮干し ごま油	チヂミ 牛乳・いりこ
25日 (木)	ポークビーンズ 海藻サラダ	豚肉 大豆 たまねぎ キャベツ にんじん パセリ トマト 缶詰 鶏ガラ コンソメ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	かりんとウーゴ 牛乳・いりこ
26日 (金)	揚げ鶏の南蛮漬 みそ汁	鶏もも肉 かたくり粉 たまねぎ にんじん ビーマン 木綿豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	りんごゼリー おかし
27日 (土)	ロールパン やさしいサラダ クリームシチュー	ロールパン レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン コーン 鶏もも肉 たまねぎ じゃがいも にんじん 牛乳 シチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
29日 (月)	とうふハンバーグ フライドかぼちゃ かき玉汁	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ しいたけ パン粉 ねぎ たまご バター かぼちゃ たまご たまねぎ にんじん えのきだけ わかめ ねぎ 煮干し	マカロニのあべかわ 牛乳・いりこ
30日 (火)	きのこごはん 鶏の照焼 ごま酢あえ みそ汁	はいが精米 しめじ えのきだけ まいたけ にんじん 油揚げ 昆布 鶏もも肉 きゅうり もやし にんじん ごま かぼちゃ キャベツ ねぎ 麦みそ 煮干し	おさつドーナツ 牛乳・いりこ



給食ししこ

とうふハンバーグ

材料 (5人分)
 木綿豆腐 100g
 豚ひき肉 150g
 玉ねぎ 1/2コ
 しいたけ 1コ
 卵 1/2コ
 パン粉 15g
 牛乳 15g
 塩 少々

【ソース】
 バター 10g
 しょうゆ 10g
 みりん 10g

作り方
 ① 木綿豆腐は水気をきる
 玉ねぎはみじん切り
 して炒める
 しいたけもみじん切り
 ② ボウルに①と豚ひき肉
 と④を入れよく混ぜ、
 小判型にととのえ、
 フライパンで焼く
 ③ 小鍋に【ソース】の
 調味料を入れ
 バターが溶けたら
 ソースの完成
 ④ できたハンバーグに
 ③をかける

できあがり！