



# 令和8年9月予定献立表



以上児

| 日付    | 1日                                                                                                | 2日                                                                                                           | 3日                                                                                                       | 4日                                                                                                                     | 5日                                                                                         |                                                                                       |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 屋食    | ごはんいらない日<br>10日、15日、25日<br>未満児は毎日提供です                                                             | 鶏肉のケチャップ照り焼き<br>マセドアンサラダ<br>(じゃが芋、胡瓜、コーン)<br>みそ汁<br>(油揚げ、もやし、長ねぎ)<br>ゼリー                                     | アジの南蛮漬け<br>(玉ねぎ、ピーマン)<br>かぼちゃの甘煮<br>みそ汁<br>(白菜、小松菜、おつゆ鮓)<br>グレープフルーツ                                     | チャブチェ<br>(香葱、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、ニラ)<br>ポテトサラダ<br>(じゃが芋、胡瓜、人参、チーズ)<br>中華スープ<br>(わかめ、豆腐、コーン)<br>梨                            | からあげ<br>ビーフンサラダ<br>(ビーフン、胡瓜、卵、ハム)<br>わかめスープ<br>(わかめ、人参、長ねぎ)<br>フルーツポンチ<br>(みかん、洋梨、りんご、バナナ) |    |
| 午後おやつ |                                                                                                   | ビスケット 牛乳<br>エネルギー：579kcal脂質：15.5g<br>たんばく質：19.3g塩分：1.3g                                                      | ◎メロンパントースト 牛乳<br>エネルギー：537kcal脂質：14.7g<br>たんばく質：21.0g塩分：1.9g                                             | ◎コーンフレークおこし 麦茶<br>エネルギー：560kcal脂質：21.4g<br>たんばく質：13.5g塩分：1.5g                                                          | ◎マシュマロサンド 麦茶<br>エネルギー：525kcal脂質：17.2g<br>たんばく質：16.6g塩分：1.4g                                |                                                                                       |
| 日付    | 7日                                                                                                | 8日★クッキング♪                                                                                                    | 9日★産地地消★                                                                                                 | 10日                                                                                                                    | 11日                                                                                        |                                                                                       |
| 屋食    | カラフル肉団子<br>(玉ねぎ、ミックスピーマン)<br>高野豆腐の煮物<br>(高野豆腐、白菜、人参)<br>みそ汁<br>(わかめ、切干大根、しめじ)<br>ブルーチェ            | 好きな真材カレー<br>(おたのしみ♪)<br>わかめサラダ<br>(ささみ、キャベツ、胡瓜、人参、わかめ)<br>オレンジ                                               | すき焼き風煮<br>(豚肉、豆腐、人参、玉ねぎ、白菜、しいたけ、長ねぎ)<br>切干大根のケチャップ煮<br>(切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー)<br>ナゲット<br>ぶりかけ<br>グレープフルーツ | ナポリタン<br>(ウインナー、玉ねぎ、人参)<br>かぼちゃサラダ<br>(胡瓜、人参、チーズ)<br>小松菜スープ<br>(ベーコン、白菜、小松菜、コーン)<br>ゼリー                                | さわらの西京焼き<br>春雨サラダ<br>(春雨、胡瓜、人参、かにかま)<br>みそ汁<br>(ごぼう、えのき、かぼちゃ)<br>オレンジ                      |    |
| 午後おやつ | ◎バナナマフィン 牛乳<br>エネルギー：563kcal脂質：15.4g<br>たんばく質：20.8g塩分：1.9g                                        | おからの実クッキー ジョア<br>エネルギー：584kcal脂質：18.5g<br>たんばく質：17.1g塩分：1.7g                                                 | ◎じゃがお焼き 麦茶<br>エネルギー：564kcal脂質：23.6g<br>たんばく質：21.1g塩分：1.4g                                                | ◎昆布おにぎり 麦茶<br>エネルギー：542kcal脂質：11.8g<br>たんばく質：12.8g塩分：1.9g                                                              | ◎きなこトースト 牛乳<br>エネルギー：515kcal脂質：15.6g<br>たんばく質：21.5g塩分：1.7g                                 |                                                                                       |
| 日付    | 14日                                                                                               | 15日絵本メニュー♪                                                                                                   | 16日                                                                                                      | 17日                                                                                                                    | 18日                                                                                        |                                                                                       |
| 屋食    | チーズハンバーグ<br>ほうれん草胡麻和え<br>(ほうれん草、人参、もやし)<br>里芋のみそ汁<br>(里芋、わかめ、油揚げ)<br>ブルーチェ                        | 食パン<br>ジャム<br>ぐらぐらたん<br>(マカロニ、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、かぼちゃ)<br>キャベツツナ和風サラダ<br>(キャベツ、ツナ、人参、コーン)<br>オレンジ<br>麦茶              | 鶏肉の塩こうじ焼き<br>ひじきの和風サラダ<br>(ひじき、大根、小松菜)<br>すまし汁<br>(わかめ、しいたけ、白菜、白玉鮓)<br>バナナ                               | さばの味噌煮<br>小松菜お浸し<br>(小松菜、もやし、人参)<br>みそ汁<br>(油揚げ、わかめ、長ねぎ)<br>グレープフルーツ                                                   | シューマイ<br>海藻サラダ<br>(わかめ、人参、ツナ、胡瓜)<br>かきたまスープ<br>(卵、豆腐、ニラ、長ねぎ)<br>ブルーチェ                      |    |
| 午後おやつ | ◎きなこちんすこう 牛乳<br>エネルギー：561kcal脂質：19.2g<br>たんばく質：18.1g塩分：1.9g                                       | ◎たぬきおにぎり 麦茶<br>エネルギー：550kcal脂質：13.9g<br>たんばく質：16.2g塩分：1.5g                                                   | ◎ジャムサンド 牛乳<br>エネルギー：511kcal脂質：18.0g<br>たんばく質：19.5g塩分：1.9g                                                | 溶けないアイス風いちご<br>エネルギー：518kcal脂質：18.8g<br>たんばく質：20.2g塩分：1.8g                                                             | せんべい ジョア<br>エネルギー：531kcal脂質：11.8g<br>たんばく質：22.0g塩分：1.5g                                    |                                                                                       |
| 日付    | 21日                                                                                               | 22日                                                                                                          | 23日                                                                                                      | 24日                                                                                                                    | 25日十五夜★                                                                                    |                                                                                       |
| 屋食    | <br>敬老の日       | <br>国民の祝日                 | <br>秋分の日             | 餃子<br>ブロッコリー<br>スパゲティサラダ<br>(人参、胡瓜、スパゲティ)<br>中華スープ<br>(グリーンピース、人参、コーン、わかめ)<br>ゼリー                                      | お月見ハヤシライス<br>(豚肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース)<br>十五夜さつまいも<br>コールスローサラダ<br>(ハム、キャベツ、胡瓜、コーン)<br>マロンロールケーキ |  |
| 午後おやつ |                                                                                                   |                                                                                                              |                                                                                                          | ◎おさつクッキー 麦茶<br>エネルギー：538kcal脂質：16.8g<br>たんばく質：10.5g塩分：1.4g                                                             | カルシウムウエハース 牛乳<br>エネルギー：590kcal脂質：24.8g<br>たんばく質：15.5g塩分：1.9g                               |                                                                                       |
| 日付    | 28日                                                                                               | 29日★産地地消★                                                                                                    | 30日                                                                                                      | 今月の絵本メニュー                                                                                                              |                                                                                            |                                                                                       |
| 屋食    | 生姜焼き<br>(豚肉、玉ねぎ)<br>ビーフンソテー<br>(ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン)<br>コンソメスープ<br>(ウインナー、しめじ、えのき、ほうれん草)<br>ヨーグルトムース風 | ピザ&ピザトースト<br>(鶏肉、ウインナー、チーズ、ピーマン、玉ねぎ、パプリカ)<br>チンゲン菜スープ<br>(チンゲン菜、おつゆ鮓、大根)<br>バナナ<br><br>にこにこ畑の野菜で<br>ピザを作ります♪ | タンドリーチキン<br>マカロニサラダ<br>(マカロニ、胡瓜、コーン)<br>ココロスープ<br>(じゃが芋、玉ねぎ、人参)<br>梨                                     | ぐらぐらたん (みかん組リクエスト♪)<br>たまねぎ、きのこ、えびにマカロニ。沢山の食材が「ぐらぐら」揺れて「たん！」と着地。ホワイトソースがぐらぐら煮立つ鍋にみんなでタイプ！チーズをかけて焼いたら、熱々グラタンの出来上がるお話です♪ |                                                                                            |                                                                                       |
| 午後おやつ | ◎お麸ラスク 牛乳<br>エネルギー：584kcal脂質：29.0g<br>たんばく質：16.6g塩分：1.6g                                          | ◎セサミサブレ 牛乳<br>エネルギー：557kcal脂質：18.5g<br>たんばく質：18.0g塩分：1.9g                                                    | ◎さつまいも蒸しパン 牛乳<br>エネルギー：539kcal脂質：19.2g<br>たんばく質：19.1g塩分：1.2g                                             | ※給食でエビは取り扱わない為、かぼちゃで代用します                                                                                              |                                                                                            |                                                                                       |

3歳未満児…エネルギー 457 kcal (467) たんばく質 15.4g(19.8) 脂質 14.7g(13.0) 塩分 1.4g(1.4)  
3歳以上児…エネルギー 533kcal (574) たんばく質 18.7g(24.4) 脂質 18.1g(15.9) 塩分 1.7g(1.5)  
※ ( ) 内は給与栄養目標量です。栄養価にごはんも含まれています。

※都合により一部変更する場合があります。