

2026年09月

献立表

本のはいくえん(一般)

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分()は未満児	材 料 名			行事
					熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 火	牛乳、バナナ	ごはん、麻婆豆腐、ナムル、卵スープ	牛乳、たこやき風ポテト、いりこ	525.3(429.3) 21.9(16.7) 21.3(17.3) 1.8(1.2)	半つき米、○じゃがいも、○三温糖、油、○片栗粉、○マヨドレ(卵×)、三温糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、○ちくわ、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎牛乳	たまねぎ、もやし、きゅうり、にんじん、○かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、菜ねぎ、◎菜ねぎ、ごま、○あおのり、◎バナナ	○中濃ソース、しょうゆ、鶏ガラスープの素、○食塩、食塩
02 水	牛乳、人参スティック	ごはん、あじの竜田揚げ、ごま和え、玉ねぎの味噌汁、りんご	牛乳、かぼちゃスコーン、いりこ	551.2(433.6) 24.0(18.3) 18.3(14.8) 1.5(1.1)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、油、○無塩バター、片栗粉、三温糖	○牛乳、あじ、淡色みそ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	りんご、キャベツ、ごまつな、にんじん、○かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、菜ねぎ、ごま、◎にんじん	煮干だし汁、しょうゆ、おろししょうが、◎かつお・昆布だし汁
03 木	牛乳、ネーブル	ごはん、塩鶏じゃが、春雨の酢の物、キャベツの味噌汁、バナナ	牛乳、フルーツゼリー、いりこ	510.9(400.6) 18.0(13.2) 14.2(11.7) 1.4(1.0)	半つき米、じゃがいも、はるさめ、○三温糖、油、三温糖、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、淡色みそ、油揚げ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	○りんごジュース、バナナ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、○みかん缶、◎パン缶、キャベツ、○グレープフルーツ、えのきたけ、しいたけ	煮干だし汁、酢、酒、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
04 金	牛乳、ハイハイイン	黒糖パン、かぼちゃのグラタン、レモンマリネ、コンソメスープ、グレープフルーツ	牛乳、焼きおにぎり、いりこ	518.3(416.2) 20.6(15.4) 19.8(16.3) 2.0(1.4)	黒糖パン(乳卵×)、○半つき米、マカロニ、無塩バター、薄力粉、パン粉、○ごま油、油、三温糖	○牛乳、牛乳、鶏もも肉(皮付き)、とろけるチーズ、○いわし(煮干し)、○かつお節、◎牛乳	グレープフルーツ、キャベツ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、エリンギ、レタス、レモン果汁	○しょうゆ、コンソメ、食塩、パセリ粉
05 土	お茶・麦茶	カレーライス、キャベツサラダ、バナナ	お茶・麦茶、せんべい	386.0(294.9) 7.1(5.1) 8.7(7.1) 1.7(1.2)	半つき米、じゃがいも、油、三温糖	ウインナー(卵乳×)	バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり	カレーの王子さま、ケチャップ、中濃ソース、酢、しょうゆ、カレー粉
07 月	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ごはん、豚肉のソース炒め、人参サラダ、中華スープ、バナナ	牛乳、スイートポテト、いりこ	532.7(435.7) 20.2(14.9) 15.2(13.0) 1.8(1.3)	半つき米、○さつまいも、○三温糖、三温糖、○バター、油	○牛乳、豚肉(もも)、ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、◎牛乳	にんじん、バナナ、きゅうり、キャベツ、白ネギ、たまねぎ、コーン(冷凍)、ピーマン、えのきたけ、しめじ、ごま、カットわかめ、◎いちご	ウスターソース、酢、しょうゆ、中濃ソース、鶏ガラスープの素、おろしにんにく、食塩
08 火	牛乳、ネーブル	ごはん、五目玉子の甘酢あんかけ、昆布和え、花巻のすまし汁、りんご	牛乳、人参ホットケーキ、いりこ	514.4(403.3) 21.1(15.3) 16.4(13.2) 1.7(1.2)	半つき米、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油、油、焼ふ、砂糖、○マヨドレ(卵×)、片栗粉	○牛乳、卵、鶏ひき肉、○いわし(煮干し)、◎牛乳	りんご、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ごまつな、◎にんじん、しいたけ、菜ねぎ、塩こんぶ、カットわかめ、◎オレンジ・ネーブル	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、酢、しょうゆ(ゆずくち)、しょうゆ、食塩
09 水	牛乳、人参スティック	ごはん、チキン南蛮、キャベツサラダ、青梗菜のスープ、ネーブル	牛乳、ココアクレープ、いりこ	608.6(514.4) 22.6(18.0) 24.1(21.0) 1.3(1.0)	半つき米、○薄力粉、片栗粉、油、○黒砂糖、マヨドレ(卵×)、○油、油、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、生クリーム、○いわし(煮干し)、◎牛乳	オレンジ・ネーブル、キャベツ、○バナナ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、チンゲンサイ、しいたけ、◎にんじん	酢、しょうゆ、鶏ガラスープの素、ケチャップ、パセリ粉、食塩、◎かつお・昆布だし汁
10 木	牛乳、バナナ	ごはん、野菜炒め、和風ポテトサラダ、豆腐の味噌汁、グレープフルーツ	牛乳、黒糖蒸しパン、いりこ	550.9(440.3) 22.9(16.6) 16.6(13.4) 1.6(1.1)	半つき米、じゃがいも、○薄力粉、○黒砂糖、マヨドレ(卵×)、○油、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、淡色みそ、○いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	グレープフルーツ、キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、しめじ、エリンギ、コーン(冷凍)、○干しぶどう、菜ねぎ、ピーマン、◎バナナ	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、おろしにんにく
11 金	牛乳、クラッカーサンド	米粉パン、鮭のカレーチーズ焼き、カラフルサラダ、トリプル芋スープ、ネーブル	牛乳、いりこ、鉄分おにぎり	524.1(451.0) 29.3(23.0) 16.7(14.4) 1.8(1.4)	米粉ロール(乳卵×)、○半つき米、じゃがいも、さといも(冷凍)、さつまいも(皮付)、三温糖、油、○砂糖、○ごま油	○牛乳、さけ、とろけるチーズ、淡色みそ、○油揚げ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	キャベツ、○ごまつな、赤ピーマン、きゅうり、にんじん、たまねぎ、コーン(冷凍)、○にんじん、菜ねぎ、○ひじき、オレンジ・ネーブル	酢、○しょうゆ、鶏ガラスープの素、カレー粉、食塩
12 土	お茶・麦茶	和風スパゲティ、エリンギのスープ、バナナ	お茶・麦茶、せんべい	253.2(201.0) 8.4(6.1) 8.2(6.7) 1.6(1.2)	スパゲティ、油	ツナ油漬缶	バナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、エリンギ	しょうゆ、コンソメ、おろしにんにく、食塩、パセリ粉
14 月	牛乳、ハイハイイン	ごはん、鶏レバーの旨煮、海苔和え、南瓜の味噌汁、ネーブル	牛乳、オレオケーキ、いりこ	514.0(409.9) 23.1(16.8) 14.5(11.9) 1.8(1.3)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、ごま油、三温糖、○無塩バター、片栗粉	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉、油揚げ、淡色みそ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	キャベツ、かぼちゃ、にんじん、ほうれんそう、板こんにゃく、ごぼう、しめじ、グリーンピース(冷凍)、焼きのり、オレンジ・ネーブル	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、おろししょうが、おろしにんにく
15 火	牛乳、ネーブル	ジャージャー類、なめたけ和文、わかめスープ、バナナ	牛乳、星ポテト、いりこ	517.0(405.6) 22.4(16.2) 23.1(17.9) 2.1(1.4)	冷凍ラーメン、○じゃがいも、○油、○片栗粉、ごま油、片栗粉、三温糖	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎牛乳	バナナ、にんじん、ごまつな、キャベツ、たまねぎ、コーン(冷凍)、なめたけ、カットわかめ、◎オレンジ・ネーブル	しょうゆ、鶏ガラスープの素、おろしにんにく、おろししょうが、◎コンソメ、○食塩
16 水	牛乳、人参スティック	ごはん、鰯の西京焼き、ゆかり和え、厚揚げのすまし汁、グレープフルーツ	牛乳、アップルパイ、いりこ	549.9(434.0) 22.8(17.0) 20.7(16.4) 1.6(1.2)	半つき米、○三温糖、○バター、油、三温糖	○牛乳、さわか、生揚げ、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎牛乳	もやし、○りんご、グレープフルーツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、○レモン果汁、◎にんじん	かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ(ゆずくち)、しょうゆ、食塩、◎かつお・昆布だし汁
17 木	牛乳、ビスケットのジャムのせ	りんごパン、ヤンニョムチキン、コーンサラダ、もやしスープ、ネーブル	牛乳、あんこ入りおはぎ、いりこ	551.1(480.7) 24.7(20.8) 15.9(14.2) 1.8(1.2)	りんごブチパン(乳卵×)、○半つき米、○もち米、片栗粉、○砂糖、三温糖、ごま油、油	○牛乳、鶏もも肉、○つぶしあん(砂糖添加)、○きな粉、ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、◎牛乳	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり、コーン(冷凍)、おろし、ごま、オレンジ・ネーブル、◎いちごジャム	ケチャップ、しょうゆ、酢、みりん、鶏ガラスープの素、おろしにんにく、食塩、○食塩
18 金	牛乳、バナナ	中華丼、南瓜サラダ、なめこの味噌汁、りんご	牛乳、ごまブリツ、いりこ	545.4(445.2) 20.3(15.2) 19.3(15.8) 2.1(1.5)	半つき米、○薄力粉、○バター、マヨドレ(卵×)、○片栗粉、○三温糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、淡色みそ、魚肉ソーセージ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	かぼちゃ、りんご、にんじん、はくさい、きゅうり、なめこ、ピーマン、たけのこ(ゆで)、しいたけ、菜ねぎ、○黒ごま、◎バナナ	煮干だし汁、しょうゆ、鶏ガラスープの素、おろししょうが、○食塩、食塩
19 土	お茶・麦茶	お弁当	お茶・麦茶、せんべい	54.3(54.8) 0.4(0.4) 3.0(3.0) 0.2(0.2)	お弁当のため給食提供なし			
24 木	牛乳、クラッカーサンド	くまちゃんライス、ゆかりから揚げ、サラダ、コーンクリームスープ、ネーブル	牛乳、りんごケーキ、いりこ	621.4(512.4) 24.4(20.4) 21.1(17.7) 1.9(1.5)	半つき米、○薄力粉、片栗粉、はるさめ、○三温糖、油、薄力粉、三温糖、○無塩バター	○牛乳、鶏もも肉、牛乳、○生クリーム、スライスチーズ、○いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	オレンジ・ネーブル、クリームコーン缶、にんじん、たまねぎ、○りんご、ごま、カットわかめ、焼きのり、◎いちごジャム	しょうゆ、酢、コンソメ、おろしにんにく、パセリ粉
25 金	牛乳、バナナ	さつま芋のカレーライス、りんごの元気サラダ、お月見ゼリー	牛乳、おつきみだんご、いりこ	574.5(471.8) 19.3(14.8) 13.0(11.3) 1.8(1.3)	半つき米、さつまいも(皮付)、○白玉粉、三温糖、油、三温糖、○片栗粉	○牛乳、豚肉(もも)、○絹ごし豆腐、牛乳、○いわし(煮干し)、◎牛乳	ぶどうジュース、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しめじ、きゅうり、トマト、コーン(冷凍)、塩こんぶ、かんてんクック、粉かんてん、◎バナナ	カレーの王子さま、ケチャップ、中濃ソース、酢、○しょうゆ、しょうゆ
26 土	お茶・麦茶	ケチャップライス、キャベツスープ、バナナ	お茶・麦茶、せんべい	308.9(261.6) 6.2(5.0) 6.9(6.1) 1.5(1.2)	半つき米	ウインナー(卵乳×)	バナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、えのきたけ	ケチャップ、コンソメ、食塩
28 月	牛乳、ハイハイイン	ごはん、鶏肉の照り焼き、のりじゃこ和え、大根の味噌汁、バナナ	牛乳、メロンパントースト、いりこ	610.9(474.3) 23.8(17.5) 22.9(18.0) 1.9(1.3)	半つき米、○食パン(乳卵×)、○薄力粉、○無塩バター、○グラニュー糖、片栗粉、油、三温糖、砂糖、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、淡色みそ、しらす干し、○いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	キャベツ、バナナ、にんじん、だいこん、カットわかめ、焼きのり	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、酒
29 火	牛乳、バナナ	ごはん、ぎょうざ、カミカミサラダ、春雨スープ、りんご	牛乳、ナポリタン、いりこ	535.3(426.8) 21.2(15.4) 14.4(11.8) 1.7(1.1)	半つき米、ぎょうざの皮、○スパゲティ、はるさめ、油、油、三温糖、○三温糖	○牛乳、豚ひき肉、鶏ささぎ、○ペーコン(卵乳×)、○いわし(煮干し)、◎牛乳	りんご、◎バナナ、にんじん、ごまつな、キャベツ、たまねぎ、切り干しだいこん、○ピーマン、◎にんじん、にら、カットわかめ	○ケチャップ、しょうゆ、酢、鶏ガラスープの素、○コンソメ、○食塩

誕生会

十五夜
絵本メニュー

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未測定	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				行事
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
30 水	牛乳、人参ス ティック	ゆかりごはん、豚さつま、ネーブル、納豆和え、なめこの味噌汁	牛乳、南瓜とバナナのスイーツ ボール、いりこ	549.2(434.3) 24.9(18.2) 15.3(12.6) 1.8(1.3)	半つき米、さつまいも(皮付)、○薄力粉、○三温糖、油、三温糖、○油	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、挽きわり納豆、淡色みそ、○いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	キャベツ、にんじん、○かぼちゃ、たまねぎ、こまつな、れんこん、なめこ、○バナナ、グリーンピース(冷凍)、葉ねぎ、◎にんじん、オレン	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、○食塩、◎かつお・昆布だし汁	

お弁当のため給食提供なし