



2026年 9月 献立表
※赤字は卵の除去食対応です



日	曜	午前 おやつ	昼食	午後 おやつ	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	エネルギー タンパク質 脂質/食塩
1	火	お茶 クラッカー	チキンカレーライス スピナチサダ 果物	ココアレーズン蒸しパン 牛乳	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、小麦粉、バター、油、○粉糖、砂糖、こま油	○牛乳、牛乳、豚肉(もも)、○調製豆乳、ツナ油漬缶、脱脂粉乳	かき、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、りんご、ピーマン、○干しぶどう、トマトピューレ、しょうが、にんにく、もやし、コーン缶	ウスターソース、ケチャップ、しょうゆ、中華だしの素、カレー粉、食塩、酢	563 18.8 17.3 1.5
2 ・ 16	水	お茶 せんべい	御飯 マーボー豆腐 五目野菜汁 果物	さつま芋御飯 牛乳	米、○米、○さつまいも、片栗粉、砂糖、こま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、鶏もも肉、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、ねぎ、にんじん、だいこん、にら、いんげん	かつおだし汁、しょうゆ、○酒、中華だしの素、食塩、○食塩	556 21.2 15.3 1.5
3	木	牛乳 クッキー	御飯 ポークビーンズ バイクド里芋 コーンスキムスープ	りんごパウンドケーキ 牛乳	米、さといも(冷凍)、○小麦粉、○砂糖、○無塩バター、○油、油、片栗粉、砂糖	○牛乳、○牛乳、豚肉(もも)、蒸し大豆、脱脂粉乳、ベーコン	たまねぎ、ホールマト豆腐、にんじん、○りんご、ほうれんそう、しめじ、クリームコーン缶、にんにく	ケチャップ、中華だしの素、食塩、こしょう	560 20.4 22.7 1.4
4 ・ 18	金	お茶 せんべい	御飯 鶏肉のごま照り焼き ふかし芋(さつまいも) みそ汁(こまつな・豆腐) デザート	マカロニきな粉 牛乳	米、さつまいも、○マカロニ、○砂糖、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、○きな粉、米みそ(淡色辛みそ)、○脱脂粉乳	こまつな、にんじん、こま	かつおだし汁、みりん、しょうゆ	415 21.3 9.7 1
5 ・ 19	土	お茶 せんべい	豚丼 卵焼き→にんじんとツナの炒め物 みそ汁	ヨーグルト 菓子 お茶	米、油、焼酎、片栗粉、砂糖	○ヨーグルト(加糖)、卵、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ、にんにく、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	460 20.6 14.8 1.6
7 ・ 28	月	牛乳 せんべい	御飯 韓国風焼肉 スティック野菜(きゅうり・人参) みそ汁(大根・豆腐)	じゃこチーズごはん お茶	○米、米、こま油、砂糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、○チーズ、○しらす干し、○かつお節	にんじん、きゅうり、もやし、だいこん、ねぎ、こま、カットわかめ、しょうが、にんにく	酒、マヨドレ、しょうゆ、中華だしの素、食塩	476 18.6 14.1 1.1
8 ・ 29	火	お茶 クラッカー	御飯 魚のフライ フレッチサダ コンソメスープ 果物	玄米フレークバー 牛乳	米、じゃがいも、パン粉、油、○油、小麦粉、砂糖	○牛乳、かじき、ハム	なし、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、○干しぶどう	中華だしの素、酢、食塩、こしょう	467 17.6 16.6 1.6
9 ・ 30	水	お茶 せんべい	御飯 豚の生姜焼き キャベツの昆布和え みそ汁(わかめ・油揚げ)	焼うどん お茶	○ゆでうどん、米、砂糖、油、○こま油	○牛乳、豚肉(もも)、○豚肉(もも)、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、○かつお節	キャベツ、○にんじん、○たまねぎ、○こまつな、ねぎ、しょうが、刻みこんぶ、カットわかめ、○あおりのり	かつおだし汁、しょうゆ、○しょうゆ、みりん、酒、食塩、○こしょう、○食塩	430 20.9 14.2 1.8
10	木	牛乳 クッキー	御飯 レバー入りミートローフ 切干大根のごまマヨサラダ すまし汁(ほうれん草・麩)	ミニパンケーキ→卵なし バナナ 牛乳	米、○小麦粉、○砂糖、パン粉、○バター、焼酎、砂糖、油、油、片栗粉、○粉糖	○牛乳、○牛乳、豚ひき肉(もも)、○卵、鶏レバー、ツナ油漬缶、脱脂粉乳、○脱脂粉乳、かつお節	たまねぎ、○バナナ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、切り干しだいこん、すりこま	しょうゆ、マヨドレ、食塩	592 28.5 21.6 1.5
11	金	お茶 せんべい	御飯 タンダーリーチキン ゆで野菜(じゃがいも・ブロッコリー)コンソメスープ	みかん入りゼリー おやつ小魚 牛乳	米、じゃがいも、○砂糖、片栗粉、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、○いわし(田作り)	○みかん濃縮果汁、ブロッコリー、○みかん缶、○こま、○粉かんでん、レモン果汁、にんにく	ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ、食塩、カレー粉	346 17.3 7.5 0.6
12 ・ 26	土	お茶 せんべい	煮込みうどん じゃがいもとツナの炒め物	ヨーグルト 菓子 お茶	ゆでうどん、じゃがいも、焼酎、油、砂糖	○ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、ツナ油漬缶	ほうれんそう、にんじん、ねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	306 12.6 8.9 1.5
14	月	牛乳 せんべい	御飯 魚の塩焼き 大根のサラダ みそ汁(キャベツ・油揚げ)	ピラフ お茶	○米、米、油、砂糖	○牛乳、さけ、油揚げ、○ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)	だいこん、○たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、○にんじん、○ピーマン、○コーン缶	かつおだし汁、酢、○中華だしの素、食塩、○食塩、こしょう	505 21.2 14.1 1.4
15	火	お茶 クラッカー	★防災の日献立★ カレーライス ツナポテト・ゆでブロッコリー デザート(もも・みかん缶)	備蓄保存パン →註おにぎり きなこ牛乳	米、○長期保存パン、マッシュポテト	○牛乳、ツナ油漬缶、○きな粉、脱脂粉乳	みかん缶、ブロッコリー	食塩	473 15.5 16.4 1.7
17	木	牛乳 クッキー	ロールパン ポークビーンズ バイクド里芋 コーンスキムスープ(ほうれん草) 果物	おさつスティック 牛乳	米、さといも(冷凍)、○小麦粉、○砂糖、○無塩バター、○油、油、片栗粉、砂糖	○牛乳、○牛乳、豚肉(もも)、蒸し大豆、脱脂粉乳、ベーコン	たまねぎ、ホールマト豆腐、にんじん、○りんご、ほうれんそう、しめじ、クリームコーン缶、にんにく	ケチャップ、中華だしの素、食塩、こしょう	560 20.4 22.7 1.4
24	木	牛乳 クッキー	御飯 肉団子の甘酢あんかけ 切干大根のごまマヨサラダ すまし汁(ほうれん草・麩) デザート	お月見ドーナツ(かぼちゃ・粉糖) 牛乳	米、○小麦粉、○砂糖、片栗粉、焼酎、○油、油、砂糖、○粉糖	○牛乳、○牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、○木綿豆腐、かつお節	なし、たまねぎ、にんじん、きゅうり、○かぼちゃ、ほうれんそう、ピーマン、切り干しだいこん、すりこま	しょうゆ、マヨドレ、酢、食塩	493 19.6 20.6 1.3
25	金	お茶 せんべい	御飯 タンダーリーチキン ゆで野菜(じゃがいも・ブロッコリー)コンソメスープ	ピラフ お茶	○米、米、じゃがいも、○砂糖、片栗粉、砂糖	鶏もも肉、○ベーコン、○いわし(田作り)	○たまねぎ、ブロッコリー、○にんじん、○ピーマン、○コーン缶、○こま、レモン果汁、にんにく	ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ、○中華だしの素、食塩、カレー粉	473 20.4 9.8 0.9

※野菜は安全を考慮し、加熱処理を実施しております。

※献立は都合により、変更することがあります。変更があった場合、保育園玄関のホワイトボードに掲示していますのでご確認ください

※果物は、旬のものをできるだけ取り入れています。市場の状況により、一部変更することがあります。

(当日の給食写真をご覧ください)