

2026年09月

献立表

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				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
1	火	備蓄米 ソーセージ 豚汁 みかん缶	牛乳 お菓子	さといも、板こんにゃく、アルファ化米	牛乳、魚肉ソーセージ、豚肉、みそ	みかん缶、だいこん、にんじん、ごぼう、葉ねぎ
2	水	ご飯 肉じゃが トマトとじゃこの和え物 果物	牛乳 お好み焼き	米、メークイン、お好み焼き粉、糸蒟蒻、砂糖、いりごま、油	牛乳、卵、牛肉、ハム、ちりめん、わかめ、あおのり	トマト、たまねぎ、キャベツ、にんじん、葉ねぎ、コーン、グリーンピース
3	木	ご飯 魚の西京焼き キャベツのしそひき和え もずくスープ	牛乳 チーズラスク	米、味パン、マヨネーズ、砂糖	牛乳、ホキ、木綿豆腐、しそひき、白みそ、粉チーズ	キャベツ、冷凍 もずく、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
4	金	ご飯 肉豆腐 青梗菜のおひたし 果物	鉄分ヨーグルト	米、砂糖、油	鉄分ヨーグルト、焼き豆腐、木綿豆腐、牛肉、ちりめん、かつお節	チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、葉ねぎ
5	土	炒めビーフン 人参シリシリ	牛乳 お菓子 果物	ビーフン、油、砂糖	牛乳、豚肉、ちくわ、卵、ツナフレーク	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、トウモロコシ、干しいたけ
7	月	ご飯 鶏肉の照り煮 スパゲティサラダ 果物	牛乳 キャロット ホットケーキ	米、ホットケーキミックス、スパゲティ、マヨネーズ、マーガリン、砂糖	牛乳、鶏もも肉、ツナフレーク、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、葉ねぎ、コーン、いんげん
8	火	ご飯 あじのマリネ オクラスープ 果物	牛乳 クラッカーサンド (カスタード)	米、小麦粉、油、砂糖	牛乳、アジ、卵、わかめ	たまねぎ、トマト、きゅうり、オクラ、にんじん
9	水	ご飯 松風焼き レバニラ炒め すまし汁	牛乳 じゃがバター	米、メークイン、パン粉、砂糖、マーガリン、いりごま	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、鶏レバー、卵、みそ、こんぶ	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、みつば、にら、しょうが
10	木	ご飯 八宝菜 小松菜のごま和え 果物	牛乳 揚げパン(シュガー)	米、味パン、揚げ油、すりごま、グラニュー糖、片栗粉、砂糖、油	牛乳、豚肉、ムキえび、うずら卵、ちりめん	キャベツ、こまつな、にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン、干しいたけ
11	金	ご飯 げんこつ揚げ ミニトマト みそ汁	牛乳 ぶどうゼリー 昆布	米、小麦粉、揚げ油	牛乳、みそ、油揚げ、煮干し、ちりめん、ひじき、カルピスコンブ	かぼちゃ、なす、ミニトマト、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、いんげん、葉ねぎ
12	土	和風スパゲティ コンソメスープ	牛乳 お菓子 果物	スパゲティ、メークイン、マーガリン	牛乳、ベーコン、ツナフレーク	たまねぎ、しめじ、ほうれんそう、にんじん



1日・5日・12日・19日・26日・30日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。

※ 8日・・・クラッカーサンド作り(幼児組) 16日・・・きつねおむすび作り(幼児組)

25日・・・お月見団子作り(幼児組)