



令和8年9月分保育所給食予定表

日 ／ 曜	献立名	おやつ 午前（未満児） 午後（全 員）	材 料 名			栄 養 価
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 ／ 火	ご飯 あじの蒲焼き風 切り干しサラダ みそ汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／かたく り粉／米白絞油／三温糖 ／ごま油／食パン／パ ター／グラニュー糖／薄 力粉	あじ／油揚げ／みそ／牛 乳	切り干しだいこん／にん じん／きゅうり／コー ン缶／かぼちゃ／玉ねぎ	1 たんぱく質 24.1 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.9 g
		牛乳 メロンパントースト				2 たんぱく質 23.4 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 2.4 g
2 ／ 水	コッペパン ポテトグラタン きゅうりのごま酢和え 野菜のコンソメスープ	牛乳 ウエハース	コッペパン／じゃがいも／ 米サラダ油／マカロニ／パ ター／薄力粉／パン粉／三 温糖／ごま／ごま油／ホッ トケーキミックス／米白絞 油／グラニュー糖	鶏肉／脱脂粉乳／粉チー ズ／ベーコン／牛乳／た まご／きな粉	玉ねぎ／にんじん／グ リンピース／きゅうり／ キャベツ／パセリ	3 たんぱく質 28.9 g 脂 質 24.7 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 きな粉ドーナッツ				4 たんぱく質 23.9 g 脂 質 19.5 g 食塩相当 1.9 g
3 ／ 木	ご飯 豚肉の生姜焼き 白和え さつま汁	牛乳 かぼちゃポーロ	精白米／強化米／三温糖 ／米サラダ油／こんにゃ く／ごま／フライドポテ ト／米白絞油	豚肉／豆腐／鶏肉／みそ ／牛乳	玉ねぎ／しょうが／ほう れんそう／にんじん／だ いこん／ごぼう／ねぎ	5 たんぱく質 18.9 g 脂 質 16.3 g 食塩相当 1.3 g
		牛乳 フライドポテト				6 たんぱく質 26.8 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.8 g
4 ／ 金	ご飯 さけのマヨネーズ焼き フレンチサラダ ミネストローネスープ	牛乳 ビスケット	精白米／強化米／マヨ ネーズ／米サラダ油／三 温糖／スパゲッティ／パ ター／みかんゼリー／お 菓子	さけ／ハム／ベーコン／ 牛乳	玉ねぎ／パセリ／キャベ ツ／きゅうり／にんじん ／コーン缶／トマト缶／ セロリー	7 たんぱく質 21.9 g 脂 質 24.6 g 食塩相当 2.2 g
		牛乳 みかんゼリー お菓子				8 たんぱく質 26.7 g 脂 質 18.7 g 食塩相当 1.9 g
5 ／ 土	混ぜ込みチャーハン 中華風スープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	精白米／強化米／米サラ ダ油／食パン／ジャム	豚肉／鶏肉／わかめ／牛 乳	ねぎ／にんじん／ピーマ ン／玉ねぎ／バナナ	9 たんぱく質 22.6 g 脂 質 12.7 g 食塩相当 1.9 g
		麦茶 ジャムパン				10 たんぱく質 28.7 g 脂 質 16.3 g 食塩相当 2.2 g
7 ／ 月	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼き ばんさんすう わかめ汁	牛乳 ビスケット	精白米／強化米／三温糖 ／はるさめ／ごま油／食 パン／ミルクチョコレート	鶏肉／みそ／ハム／わか め／豆腐／牛乳／あずき	しょうが／にんにく／ きゅうり／にんじん／ね ぎ	11 たんぱく質 26.7 g 脂 質 18.7 g 食塩相当 1.9 g
		牛乳 チョコあんパン				12 たんぱく質 23.1 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.3 g
8 ／ 火	ご飯 魚のチーズ焼き コーンキャベツ 青菜と豆腐のスープ	牛乳 あられ	精白米／強化米／マヨ ネーズ／マカロニ／三温 糖	かじき／チーズ／ベーコ ン／豆腐／牛乳／きな粉	キャベツ／きゅうり／に んじん／コーン缶／こま つな／玉ねぎ	13 たんぱく質 26.8 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 マカロニ安倍川				14 たんぱく質 22.6 g 脂 質 12.7 g 食塩相当 1.9 g
9 ／ 水	食パン ジャム 豆腐ハンバーグ もやしのごまサラダ 野菜のミルクスープ	牛乳 ビスケット	食パン／ジャム／パン粉 ／三温糖／ごま／じゃが いも／精白米／強化米	豆腐／豚肉／牛乳／たま ご／ハム／ベーコン／み そ	玉ねぎ／もやし／きゅう り／にんじん／ブロッコ リー／パセリ	15 たんぱく質 21.9 g 脂 質 24.6 g 食塩相当 2.2 g
		麦茶 おにぎり				16 たんぱく質 26.8 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.8 g
10 ／ 木	麦ご飯 ポークカレー ナムル パイン缶	牛乳 クラッカー	精白米／押麦／じゃがい も／米サラダ油／ごま／ 三温糖／ごま油／焼きふ ／バター／グラニュー糖	豚肉／牛乳	にんじん／玉ねぎ／もや し／ほうれんそう／パ イン缶	17 たんぱく質 28.9 g 脂 質 24.7 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 お麩ラスク				18 たんぱく質 23.2 g 脂 質 18.8 g 食塩相当 1.8 g
11 ／ 金	ご飯 チキンカツ ひじきの炒り煮 すまし汁	牛乳 あられ	精白米／強化米／薄力粉 ／パン粉／米白絞油／し らたき／米サラダ油／三 温糖／焼きふ／ぶどうゼ リー／お菓子	鶏肉／たまご／ひじき／ 凍り豆腐／油揚げ／な る／牛乳	にんじん／さやいんげん ／こまつな／ねぎ	19 たんぱく質 23.4 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 2.4 g
		牛乳 ぶどうゼリー お菓子				20 たんぱく質 23.1 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.3 g
12 ／ 土	鶏ごぼううどん バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	うどん／三温糖／コッペ パン／チョコレートク リーム	鶏肉／牛乳	ごぼう／にんじん／こま つな／ねぎ／バナナ	21 たんぱく質 28.9 g 脂 質 24.7 g 食塩相当 1.8 g
		麦茶 チョコサンド				22 たんぱく質 23.9 g 脂 質 19.5 g 食塩相当 1.9 g
14 ／ 月	ご飯 麻婆豆腐 ブロッコリーのサラダ 春雨スープ	牛乳 せんべい	精白米／強化米／ごま油 ／かたくり粉／三温糖／ 米サラダ油／はるさめ／ マスカットゼリー	豆腐／豚肉／みそ／鶏肉 ／わかめ／牛乳	にんじん／玉ねぎ／にら ／しょうが／ブロッコ リー／みかん缶／パ イン缶／もも缶	23 たんぱく質 26.7 g 脂 質 18.7 g 食塩相当 1.9 g
		牛乳 フルーツミックス				24 たんぱく質 24.1 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.9 g
15 ／ 火	ご飯 あじの蒲焼き風 切り干しサラダ みそ汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／かたく り粉／米白絞油／三温糖 ／ごま油／食パン／パ ター／グラニュー糖／薄 力粉	あじ／油揚げ／みそ／牛 乳	切り干しだいこん／にん じん／きゅうり／コー ン缶／かぼちゃ／玉ねぎ	25 たんぱく質 23.4 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 2.4 g
		牛乳 メロンパントースト				26 たんぱく質 28.9 g 脂 質 24.7 g 食塩相当 1.8 g
16 ／ 水	コッペパン ポテトグラタン きゅうりのごま酢和え 野菜のコンソメスープ	牛乳 ウエハース	コッペパン／じゃがいも／ 米サラダ油／マカロニ／パ ター／薄力粉／パン粉／三 温糖／ごま／ごま油／ホッ トケーキミックス／米白絞 油／グラニュー糖	鶏肉／脱脂粉乳／粉チー ズ／ベーコン／牛乳／た まご／きな粉	玉ねぎ／にんじん／グ リンピース／きゅうり／ キャベツ／パセリ	27 たんぱく質 23.1 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.3 g
		牛乳 きな粉ドーナッツ				28 たんぱく質 28.7 g 脂 質 16.3 g 食塩相当 2.2 g
17 ／ 木	ご飯 豚肉の生姜焼き 白和え さつま汁	牛乳 かぼちゃポーロ	精白米／強化米／三温糖 ／米サラダ油／こんにゃ く／ごま／フライドポテ ト／米白絞油	豚肉／豆腐／鶏肉／みそ ／牛乳	玉ねぎ／しょうが／ほう れんそう／にんじん／だ いこん／ごぼう／ねぎ	29 たんぱく質 26.8 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 フライドポテト				30 たんぱく質 23.9 g 脂 質 19.5 g 食塩相当 1.9 g

日 ／ 曜	献立名	おやつ 午前（未満児） 午後（全 員）	材 料 名			栄 養 価
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
18 ／ 金	ご飯 さけのマヨネーズ焼き フレンチサラダ ミネストローネスープ	牛乳 ビスケット	精白米／強化米／マヨ ネーズ／米サラダ油／三 温糖／スパゲッティ／パ ター／みかんゼリー／お 菓子	さけ／ハム／ベーコン／ 牛乳	玉ねぎ／パセリ／キャベ ツ／きゅうり／にんじん ／コーン缶／トマト缶／ セロリー	1 たんぱく質 23.9 g 脂 質 19.5 g 食塩相当 1.9 g
		牛乳 みかんゼリー お菓子				2 たんぱく質 18.9 g 脂 質 16.3 g 食塩相当 1.3 g
19 ／ 土	混ぜ込みチャーハン 中華風スープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	精白米／強化米／米サラ ダ油／食パン／ジャム	豚肉／鶏肉／わかめ／牛 乳	ねぎ／にんじん／ピーマ ン／玉ねぎ／バナナ	3 たんぱく質 28.9 g 脂 質 24.7 g 食塩相当 1.8 g
		麦茶 ジャムパン				4 たんぱく質 23.9 g 脂 質 19.5 g 食塩相当 1.9 g
21 ／ 月	敬老の日					
22 ／ 火	国民の休日					
23 ／ 水	秋分の日					
24 ／ 木	麦ご飯 ポークカレー ナムル パイン缶	牛乳 クラッカー	精白米／押麦／じゃがい も／米サラダ油／ごま／ 三温糖／ごま油／焼きふ ／バター／グラニュー糖	豚肉／牛乳	にんじん／玉ねぎ／もや し／ほうれんそう／パ イン缶	1 たんぱく質 21.9 g 脂 質 24.6 g 食塩相当 2.2 g
		牛乳 お麩ラスク				2 たんぱく質 26.7 g 脂 質 18.7 g 食塩相当 1.9 g
25 ／ 金	ご飯 チキンカツ ひじきの炒り煮 すまし汁	牛乳 あられ	精白米／強化米／薄力粉 ／パン粉／米白絞油／し らたき／米サラダ油／三 温糖／焼きふ／ぶどうゼ リー／お菓子	鶏肉／たまご／ひじき／ 凍り豆腐／油揚げ／な る／牛乳	にんじん／さやいんげん ／こまつな／ねぎ	3 たんぱく質 22.6 g 脂 質 12.7 g 食塩相当 1.9 g
		牛乳 ぶどうゼリー お菓子				4 たんぱく質 28.7 g 脂 質 16.3 g 食塩相当 2.2 g
26 ／ 土	鶏ごぼううどん バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	うどん／三温糖／コッペ パン／チョコレートク リーム	鶏肉／牛乳	ごぼう／にんじん／こま つな／ねぎ／バナナ	5 たんぱく質 26.8 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.8 g
		麦茶 チョコサンド				6 たんぱく質 23.1 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.3 g
28 ／ 月	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼き ばんさんすう わかめ汁	牛乳 ビスケット	精白米／強化米／三温糖 ／はるさめ／ごま油／食 パン／ミルクチョコレート	鶏肉／みそ／ハム／わか め／豆腐／牛乳／あずき	しょうが／にんにく／ きゅうり／にんじん／ね ぎ	7 たんぱく質 23.2 g 脂 質 18.8 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 チョコあんパン				8 たんぱく質 26.8 g 脂 質 21.7 g 食塩相当 1.8 g
29 ／ 火	ご飯 魚のチーズ焼き コーンキャベツ 青菜と豆腐のスープ	牛乳 あられ	精白米／強化米／マヨ ネーズ／マカロニ／三温 糖	かじき／チーズ／ベーコ ン／豆腐／牛乳／きな粉	キャベツ／きゅうり／に んじん／コーン缶／こま つな／玉ねぎ	9 たんぱく質 23.1 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.3 g
		牛乳 マカロニ安倍川				10 たんぱく質 28.7 g 脂 質 16.3 g 食塩相当 2.2 g
30 ／ 水	食パン ジャム 豆腐ハンバーグ もやしのごまサラダ 野菜のミルクスープ	牛乳 ビスケット	食パン／ジャム／パン粉 ／三温糖／ごま／じゃが いも／精白米／強化米	豆腐／豚肉／牛乳／たま ご／ハム／ベーコン／み そ	玉ねぎ／もやし／きゅう り／にんじん／ブロッコ リー／パセリ	11 たんぱく質 26.7 g 脂 質 18.7 g 食塩相当 1.9 g
		麦茶 おにぎり				12 たんぱく質 23.9 g 脂 質 19.5 g 食塩相当 1.9 g

※保育園の行事等により、献立に変更がある場合があります。
※マヨネーズは卵不使用のマヨネーズ風味のドレッシングを使用しています。



今月のかみかみメニューは、「あじの蒲焼き風」です。
前歯でがぶり！とかじりとり、奥歯でよく噛んで食べましょう。