

<9月給食予定献立表>

致遠保育園

2026年9月1日（火）～2026年9月30日（水）

献立の内容は変更になることがあります。

日	曜日	主食	献立名	赤：血や肉になるもの	緑：からだの調子を整えるもの	黄：力や体温となるもの	摂取エネルギー (kcal)	3歳未満児おやつ	3歳以上児おやつ
1	火	ごはん	(ごはん) 麻婆豆腐 リャンサンスー こまつなのみそ汁・パイン缶	とうふ、豚ひき肉 かにかまぼこ、錦糸卵 油揚げ、牛乳	たまねぎ、にんじん ねぎ、きゅうり こまつな、パイン缶	こめ、サラダ油、白砂糖 ごま油、はるさめ 白いりごま	376 (493)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
2	水	ごはん	(ごはん) 赤魚の西京焼き ひじきの炒め煮 卵豆腐のすまし汁・オレンジ	骨取り赤魚、芽ひじき ちくわ、卵豆腐、牛乳	トマト、にんじん いんげん、えのきたけ 万能ねぎ、オレンジ	こめ、白砂糖 サラダ油 糸こんにゃく 白いりごま	322 (430)	★のり塩ポテト 牛乳	★のり塩ポテト 牛乳
3	木	ごはん	(ごはん) ボーケカレー きやべつとハムのごまサラダ バナナ・麦茶	豚肉、牛乳 ロースハム	たまねぎ、にんじん グリーンピース きやべつ、黄ピーマン バナナ	こめ じゃがいも、サラダ油	409 (484)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
4	金	ごはん	(ごはん) オムレツ まぜまぜコリア もずくのみそ汁・黄桃缶	ブレインオムレツ 豚ひき肉、とうふ、もずく 牛乳	レタス、もやし きゅうり、にんじん 黄桃缶	こめ、サラダ油 白砂糖、ごま油 白すりごま ミニメロンパン	346 (420)	ミニメロンパン 牛乳	ミニメロンパン 牛乳
5	土		きつねうどん かにかま天 ぶどうヨーグルト	油揚げ、たまご パンダ柄なると、かにかま天 ぶどうヨーグルト、牛乳 乳酸菌飲料	万能ねぎ、レタス	うどん、白砂糖 サラダ油	444 (409)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
7	月	ごはん	(ごはん) ガバオライス ミニオンスポテト ほうれん草のみそ汁・みかん缶	豚ひき肉、油揚げ 牛乳	たまねぎ、にんじん ミックスピーマン ブロッコリー ほうれん草、みかん缶	こめ、ごま油、白砂糖 ミニオンスポテト サラダ油、マヨネーズ	360 (438)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
8	火	ごはん	(ごはん) ほっけの照り焼き 金平ごぼう・納豆 豆腐のみそ汁・ミニゼリー	骨取りほっけ さつま揚げ、納豆、とうふ わかめ、牛乳、たまご	トマト、ごぼう にんじん、ミニゼリー	こめ、サラダ油 糸こんにゃく 白砂糖、ホットケーキ粉 苺ジャム	369 (477)	★いちご蒸しパン 牛乳	★いちご蒸しパン 牛乳
9	水	ごはん	(ごはん) 豆まめキーマカレー ドレッシングサラダ ゼリーポンチ・麦茶	豚ひき肉、大豆ミート ゆでだいず、魚肉ソーセージ 牛乳	たまねぎ、にんじん きやべつ、スイートコーン 黄桃缶、白桃缶 あわせゼリー	こめ、じゃがいも バター、白砂糖	495 (565)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
10	木		五目にゆうめん だし巻きたまご みかん缶	鶏肉、スライスかまぼこ だし巻きたまご 牛乳	こまつな、干しいたけ ねぎ、レタス みかん缶	そうめん 天かす 白砂糖	436 (413)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
11	金	ごはん	(ごはん) 鶏肉のかりん揚げ スパゲッティサラダ チンゲン菜のみそ汁・バナナ	鶏肉、ロースハム 牛乳	レタス、きゅうり にんじん、スイートコーン チンゲン菜、たまねぎ しめじ、バナナ	こめ サラダ油 白砂糖 白いりごま	424 (486)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
12	土		まぜそば わかめスープ ももゼリー	豚ひき肉、わかめ えびボール、牛乳 乳酸菌飲料	たまねぎ、にんじん ももそう、にら ねぎ、ももゼリー	中華めん ごま油	335 (322)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
14	月	ごはん	(ごはん) すき焼き風煮 タコウインナー たまごのみそ汁・なつみかん缶	豚肉、とうふ タコウインナー、たまご 牛乳	はくさい、にんじん ねぎ、絹さや ブロッコリー、干しいたけ なつみかん缶	こめ、糸こんにゃく 白砂糖、サラダ油 マヨネーズ	427 (516)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
15	火	ごはん	(青菜ごはん) 鶏肉のマーマレード焼き かに風味サラダ あいしょう汁・白桃缶	鶏肉、かにかまぼこ 豚ベーコン、牛乳	にんじん、きやべつ スイートコーン、たまねぎ 白桃缶	こめ、マーマレードジャム サラダ油、バター、白砂糖 さつまいも、はるさめ	457 (514)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
16	水	ごはん	(ごはん) さばの照り焼き おかか和え・オクラ納豆 もやしのみそ汁・バナナ	骨なしさば、ちくわ 納豆、牛乳	かぼちゃ、はくさい ほうれん草、オクラ、もやし バナナ	こめ、白砂糖 板ふ	371 (487)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
17	木	ごはん	(ジャムサンド) マカロニシチュー 和風ごまサラダ フルーツポンチ・麦茶	鶏肉、牛乳 ロースハム、たまご	たまねぎ、にんじん グリーンピース ブロッコリー、トマト フルーツカクテル缶	食パン、いちごジャム マカロニ、じゃがいも サラダ油、ホットケーキ粉 バター、白砂糖	428 (542)	★キャロットケーキ 牛乳	★キャロットケーキ 牛乳
18	金		しょうゆラーメン 豆腐しゅうまい 黄桃缶	たまご、わかめ 豆腐しゅうまい 牛乳	もやし、スイートコーン ねぎ、トマト、黄桃缶	中華めん、サラダ油	418 (383)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
19	土		作品展						
24	木	ごはん	(ごはん) 畑のお肉カレー ブロッコリーサラダ マンゴープリン・麦茶	大豆ミート、牛乳 かにかまぼこ	たまねぎ、にんじん グリーンピース ブロッコリー スイートコーン	こめ、じゃがいも サラダ油	362 (441)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
25	金		五目チャーハン うさぎハンバーグ そうめん汁 いちごミルクゼリー	うさぎ型ハンバーグ 月見かまぼこ、牛乳	ブロッコリー、トマト 万能ねぎ いちごミルクゼリー りんごジュース	五目チャーハン サラダ油、マヨネーズ そうめん、ケーキ	535 (575)	ケーキ りんごジュース	ケーキ りんごジュース
26	土		ミートソーススパゲッティ きのこスープ ヨーグルト	ミートソース、粉チーズ たまご、ヨーグルト 牛乳、乳酸菌飲料	しめじ、えのきたけ 干しいたけ	スパゲッティ サラダ油	410 (405)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
28	月	ごはん	(ごはん) のっぺい汁 北海フライ パイン缶	とうふ、鶏肉 北海フライ、牛乳	はくさい、にんじん ごぼう、干しいたけ ねぎ、トマト、パイン缶	こめ さといも サラダ油 糸こんにゃく	413 (509)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
29	火	ごはん	(ごはん) 豚玉とじ カラフルサラダ 豆腐のみそ汁・梨	たまご、豚肉 魚肉ソーセージ、とうふ 牛乳	たまねぎ、干しいたけ 万能ねぎ、ブロッコリー 赤ピーマン、葉だいこん 梨	こめ 糸こんにゃく サラダ油 白砂糖	460 (523)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
30	水	ごはん	(わかめごはん) かわいい和風ミニエル ポテトサラダ ABCスープ・ミニゼリー	骨取り白身かかれい たまご、ロースハム 牛乳	トマト、きゅうり きやべつ、たまねぎ にんじん、ミニゼリー	こめ、サラダ油 白砂糖 じゃがいも マヨネーズ、ABCマカロニ	373 (469)	バナナクリームパン 牛乳	バナナクリームパン 牛乳

25日はお誕生会です。主食の持参は必要ありません。

3歳未満児の午前のおやつは毎日牛乳となっております。

★マークがついているおやつは手作りです。（ ）は3歳未満児の主食及びエネルギー表示となっております。

作成 (株) 栄研 / 栄養管理課