



9月 献立表



令和8年

境川幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
2 水	ご飯 コンソメスープ ハンバーグ ブロッコリーサラダ パナナ	ポップコーン 牛乳	豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 さつま芋 パン粉 片栗粉 油 砂糖 ポップコーン	チンゲン菜 バセリ 玉ねぎ ブロッコリー もやし 人参 パナナ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 麦茶
3 木	ご飯 味噌汁 ちくわの磯辺揚げ 大根の和え物 チーズ	レーズン蒸しパン 牛乳	味噌 焼き竹輪 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 薄力粉 片栗粉 油 砂糖	干しいたけ 長ねぎ ほうれんそう 昆布 青のり 大根 人参 パプリカ レーズン	水 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
4 金	ハヤシライス マカロニサラダ ゼリー(青りんご味)	ごまちゃんすこう 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 青りんごゼリーの素 薄力粉 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 ダイストマト しめじ きゅうり	水 ハヤシフレーク 塩 麦茶 ベーキングパウダー
7 月	【白露】夕焼けご飯 すまし汁 さばの塩焼き 茄子の味噌炒め 梨	あんこクッキー 牛乳	高野豆腐 さば 味噌 ごしあん 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 薄力粉	人参 干しいたけ しょうが 切干大根 白菜 昆布 なす 玉ねぎ グリーンピース 梨	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶 ベーキングパウダー
8 火	ご飯 コンソメスープ 豚肉のケチャップ炒め キャベツサラダ パナナ	マシュマロサンドクラッ カー 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 砂糖 クラッカー マシュマロ	チンゲン菜 ブロッコリー エリンギ 玉ねぎ 人参 キャベツ パプリカ パナナ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 料理酒 こいくちしょうゆ 穀物酢 麦茶
9 水	鶏丼 味噌汁 スバゲティサラダ グレープフルーツ	中華風カステラ 牛乳	鶏肉 味噌 鶏卵 牛乳	米 油 スバゲティ ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 薄力粉	玉ねぎ 人参 干しいたけ 南瓜 わかめ 長ねぎ 昆布 コーン グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶 ベーキングパウダー
10 木	ご飯 味噌汁 さつま芋入り鶏つくね～秋のソース～ 納豆和え チーズ	ゼリー(グレープフルーツ 味) ウエハース	味噌 鶏肉 木綿豆腐 納豆 チーズ	米 小切麩 さつま芋 パン粉 砂糖 片栗粉 グレープフルーツゼリーの素 ウエハース	干しいたけ 人参 ほうれんそう 昆布 玉ねぎ しめじ えのき茸 大根 きゅうり	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
11 金	野菜パン コンスープ 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリーの和え物 ジョア	しらすおにぎり	鶏肉 ジョア しらす	野菜パン 砂糖 油 ごま 米	玉ねぎ コーン しょうが にんにく りんごソース ブロッコリー 白菜 人参	水 シチューフレーク こいくちしょうゆ みりん 穀物酢 麦茶 塩
14 月	わかめご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ キャベツのマヨサラダ チーズ	いちごプリン クラッカー	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 片栗粉 薄力粉 油 ノンエッグマヨネーズ いちごプリンの素 クラッカー	わかめご飯の素 干しいたけ 昆布 しょうが キャベツ ブロッコリー 人参	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶
15 火	豚丼 味噌汁 もやしのごま和え オレンジ	コーンフレーククッキー 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま 薄力粉 コーンフレーク	玉ねぎ グリンピース 干しいたけ しめじ 小松菜 水菜 昆布 もやし 人参 きゅうり オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
16 水	焼きそば 中華スープ 中華サラダ バイナッブル	塩昆布おにぎり 小魚	豚肉 厚揚げ 煮干し	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり 干しいたけ 大根 チンゲン菜 バイナッブル 塩昆布	中濃ソース 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 穀物酢 麦茶
17 木	【秋分】秋の炊き込みご飯 味噌汁 かぼちゃ入り玉子焼き ひじきとさつま揚げの煮物 グレープフルーツ	フルーツパン 牛乳	油揚げ 味噌 鶏卵 鶏肉 さつま揚げ クリーム 牛乳	米 里芋 小切麩 油 砂糖 フルーツパン	まいたけ 人参 干しいたけ なす わかめ 昆布 玉ねぎ 南瓜 ひじき さやいんげん グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 万能つゆ 麦茶
18 金	麦ご飯 チキンカレー 切干大根サラダ ゼリー(グレープフルーツ味)	二色おはぎ 牛乳	鶏肉 きな粉 つぶあん 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 グレープフルーツゼリーの素 もち米	玉ねぎ 人参 切干大根 コーン	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 塩
24 木	鶏そぼろ丼 味噌汁 じゃが芋のおかか和え チーズ	ジャムサンドクラッカー 牛乳	鶏肉 味噌 かつお節 チーズ 牛乳	米 油 砂糖 フライドポテト いちごジャム クラッカー	玉ねぎ しょうが 干しいたけ キャベツ 長ねぎ わかめ 昆布 人参 グリンピース	水 こいくちしょうゆ 麦茶
25 金	ご飯 きのこスープ 鶏肉のカレー風味炒め フレンチサラダ バイナッブル	スイートポテト 牛乳	鶏肉 牛乳	米 油 砂糖 さつま芋 無塩バター	玉ねぎ エリンギ しめじ ほうれんそう ビーマン しょうが にんにく もやし ブロッコリー 人参 バイナッブル	水 チキンスープの素 塩 万能つゆ 料理酒 カレー粉 穀物酢 麦茶
28 月	中華丼 中華スープ ビーフン中華サラダ グレープフルーツ	コーン蒸しパン 牛乳	豚肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ビーフン 油 ごま 薄力粉	白菜 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 切干大根 なす 干しいたけ きゅうり グレープフルーツ コーン	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
29 火	ご飯 味噌汁 あじの塩こうじ焼き なめたけ和え オレンジ	ゼリー(青りんご味) ウエハース	味噌 あじ	米 さつま芋 小切麩 塩こうじ 青りんごゼリーの素 ウエハース	干しいたけ 玉ねぎ 昆布 もやし 人参 ほうれんそう なめ茸 オレンジ	水 こいくちしょうゆ 麦茶
30 水	ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ 大根のきんぴら チーズ	パウンドケーキ 牛乳	油揚げ 味噌 いわしの煮付 チーズ 鶏卵 牛乳	米 ごま油 砂糖 薄力粉 無塩バター	干しいたけ 南瓜 キャベツ 昆布 大根 人参 グリンピース	水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児 目標量	550	19.3	15.9	300	1.5
幼児 平均量	568	20.3	17.3	296	1.5
乳児 目標量	481	16.8	13.9	225	1.3
乳児 平均量	451	16	13.6	238	1.3

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。