



9月 献立表



令和8年

みらいのこども保育園

日	曜	献立名				あか	きいろ	みどり	その他
		朝おやつ	昼食	おやつ	補食	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	
1	火	人参煮 麦茶	ご飯 コンソメスープ チキンカレー かぼちゃのマヨ和え オレンジ	シュークリーム 牛乳	ジャムサンド クラッカー 麦茶	鶏肉 クリーム 牛乳	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ シュウ生地 砂糖	白菓 人参 小松菜 玉ねぎ 南瓜 きゅうり オレンジ	水 チキンスープの素 塩 カレールウ 麦茶
2	水	クラッカー 麦茶	ご飯 コンソメスープ ハンバーグハヤシソース ブロッコリーサラダ グレープフルーツ 麦茶	ふりかけおにぎり 麦茶	せんべい 麦茶	豚肉 木綿豆腐 ふりかけかつお 煮干し	米 じゃが芋 パン粉 油 砂糖 クラッカー	コーン チンゲン菜 玉ねぎ ブロッコリー もやし 人参 グレープフルーツ	水 チキンスープの素 塩 ハヤシフレーク 殺物酢 麦茶
3	木	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩焼き 大根の和え物 チーズ 麦茶	いちごジャム蒸しパン 牛乳	ヨーグルト 麦茶	味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 薄力粉 砂糖 油 いちごジャム さつま芋	干しいたけ 玉ねぎ えのき茸 ほうれんそう 昆布 大根 人参 きゅうり	水 塩 料理酒 万能つゆ 麦茶 ペーキングパウダー
4	金	蒸しかぼちゃ 麦茶	わかめご飯 味噌汁 えびと野菜の玉子焼き 人参ドレッシング和え グレープフルーツ 麦茶	ココアちんすこう 牛乳	ビスケット 麦茶	厚揚げ 味噌 鶏卵 えび 牛乳	米 砂糖 薄力粉 油	わかめご飯の素 干しいたけ 人参 しめじ 昆布 玉ねぎ キャベツ 小松菜 パプリカ グレープフルーツ 南瓜	水 こいくちしょうゆ 塩 人参ドレッシング 麦茶 ペーキングパウダー ココア
5	土	せんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉のうま煮 切干大根サラダ オレンジ 麦茶	ゼリー(グレープフルーツ 味) クラッカー 麦茶		油揚げ 味噌 豚肉	米 ごま油 砂糖 片栗粉 グレープフルーツゼリーの素 クラッカー せんべい	干しいたけ キャベツ 長ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 切干大根 コーン オレンジ	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 殺物酢 麦茶
7	月	大根煮 麦茶	【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 麦茶	蒸し大学芋 牛乳	おにぎり 麦茶	高野豆腐 さば 味噌 牛乳	米 油 砂糖 さつま芋	人参 干しいたけ しょうが 白菜 わかめ 昆布 なす 玉ねぎ グリーンピース 梨 大根	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
8	火	ウエハース 麦茶	ご飯 コンソメスープ 鶏肉の豆乳クリーム炒め キャベツサラダ パナナ 麦茶	マシュマロサンドクラッ カー 牛乳	ポテト 麦茶	鶏肉 豆乳 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖 クラッカー マシュマロ ウエハース	玉ねぎ ブロッコリー コーン にんにく パセリ キャベツ 人参 きゅうり パナナ	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 殺物酢 麦茶
9	水	ビスケット 麦茶	ふりかけ玄米入りご飯 味噌汁 肉豆腐 小松菜のゆかり和え パイナップル 麦茶	中華風カステラ 牛乳	ジャムサンド クラッカー 麦茶	煮干し かつお節 味噌 豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 玄米 無塩バター 砂糖 薄力粉 マンナビスケット	干しいたけ 切干大根 南瓜 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 小松菜 もやし ゆかり パイナップル	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶 ペーキングパウダー
10	木	人参煮 麦茶	野菜パン コーンスープ チキンナゲット 大根のマヨサラダ ジョア 麦茶	キャベツのお好み焼き 牛乳	ヨーグルト 麦茶	スキムミルク 鶏肉 木綿豆腐 ジョア かつお節 牛乳	野菜パン パン粉 薄力粉 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	玉ねぎ コーン 大根 きゅうり 人参 キャベツ 青のり	水 シチューフレーク 塩 トマトケチャップ 麦茶 ペーキングパウダー 中濃ソース
11	金	蒸しじゃが芋 麦茶	ソース焼きそば 中華スープ わかめサラダ ゼリー(青りんご味) 麦茶	せんべい 麦茶	せんべい 麦茶	豚肉 かつお節	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油 青りんごゼリーの素 せんべい じゃが芋	もやし 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり なす 干しいたけ にはら わかめ 白菜 パプリカ	中濃ソース 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 殺物酢 麦茶 塩
12	土	クラッカー 麦茶	鶏丼 味噌汁 スパゲティサラダ グレープフルーツ 麦茶	せんべい 麦茶		鶏肉 味噌	米 油 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ せんべい クラッカー	玉ねぎ 人参 干しいたけ 大根 長ねぎ チンゲン菜 昆布 コーン グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 麦茶
14	月	ウエハース 麦茶	ご飯 コンソメスープ ツナカレー トマトドレッシングサラダ ゼリー(グレープフルーツ味) 麦茶	豆乳ココアプリン ビスケット 牛乳	おにぎり 麦茶	ツナ 豆乳 牛乳	米 じゃが芋 油 グレープフルーツゼリーの素 砂糖 マンナビスケット ウエハース	大根 人参 パセリ 玉ねぎ キャベツ きゅうり アガー	水 チキンスープの素 塩 カレールウ トマトドレッシング 麦茶 ココア
15	火	蒸しかぼちゃ 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリーの和え物 チーズ 麦茶	クッキー 牛乳	ジャムサンド クラッカー 麦茶	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 砂糖 油 薄力粉	干しいたけ 玉ねぎ わかめ 昆布 しょうが にんにく りんごソース ブロッコリー 白菜 人参 南瓜	水 こいくちしょうゆ みりん 殺物酢 ペーキングパウダー
16	水	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏つくね 納豆和え パイナップル 麦茶	きのおおにぎり 麦茶	せんべい 麦茶	味噌 鶏肉 納豆	米 小切麴 パン粉 片栗粉 さつま芋	干しいたけ 人参 ほうれんそう 昆布 玉ねぎ 大根 きゅうり パイナップル とめじ えのき茸	水 塩 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶 料理酒 みりん
17	木	せんべい 麦茶	ご飯 中華スープ マーボー春雨 中華ドレッシングサラダ パナナ 麦茶	フルーツパン 牛乳	ヨーグルト 麦茶	厚揚げ 豚肉 味噌 牛乳	米 ごま油 春雨 砂糖 片栗粉 フルーツパン せんべい	切干大根 長ねぎ もやし 人参 しょうが にんにく キャベツ 小松菜 パナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 殺物酢 麦茶
18	金	大根煮 麦茶	【秋分】秋の吹き込みご飯 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 麦茶	きな粉おはぎ 牛乳	ビスケット 麦茶	油揚げ 味噌 鶏卵 鶏肉 さつま揚げ きな粉 牛乳	米 里芋 小切麴 油 砂糖 もち米	まいたけ 人参 干しいたけ なす ほうれんそう 昆布 玉ねぎ 南瓜 ひじき さやいんげん グレープフルーツ 大根	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 万能つゆ 麦茶
19	土	せんべい 麦茶	豚丼 味噌汁 もやしの和え物 オレンジ 麦茶	ジャムサンドクラッカー 麦茶		豚肉 味噌	米 油 じゃが芋 砂糖 いちごジャム クラッカー せんべい	玉ねぎ グリンピース 干しいたけ わかめ チンゲン菜 昆布 もやし 人参 コーン オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
24	木	チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ 大根のきんぴら オレンジ 麦茶	しらすおにぎり 麦茶	ポテト 麦茶	高野豆腐 味噌 いわしの煮つけ しらす チーズ	米 ごま油 砂糖	干しいたけ 南瓜 キャベツ 昆布 大根 人参 グリンピース オレンジ	水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 塩
25	金	人参煮 麦茶	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 パイナップル 麦茶	お誕生日ケーキ ジョア	せんべい 麦茶	鶏肉 牛乳 ジョア	米 油 砂糖 無塩バター 薄力粉 いちごジャム	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 キャベツ ブロッコリー 人参 パイナップル	水 チキンスープの素 塩 万能つゆ 料理酒 カレー粉 殺物酢 麦茶 ペーキングパウダー
26	土	せんべい 麦茶	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 麦茶	コーン蒸しパン 麦茶		豚肉	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ビーフン 油 薄力粉 せんべい	白菜 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 切干大根 えのき茸 わかめ 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 殺物酢 万能つゆ 麦茶 ペーキングパウダー
28	月	ビスケット 麦茶	五目うどん ポテトサラダ フルーチェ 麦茶	塩昆布おにぎり 麦茶	ジャムサンド クラッカー 麦茶	豚肉 油揚げ 牛乳 煮干し	うどん じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ フルーチェ 米 マンナビスケット	人参 干しいたけ 長ねぎ 昆布 きゅうり 塩昆布	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 麦茶
29	火	蒸しかぼちゃ 麦茶	ふりかけ麦ご飯 味噌汁 あじの塩こうじ揚げ なめたけ和え オレンジ 麦茶	マドレーヌ 牛乳	せんべい 麦茶	煮干し かつお節 高野豆腐 味噌 あじ 鶏卵 牛乳	米 押し麦 塩こうじ 薄力粉 片栗粉 油 無塩バター 砂糖	干しいたけ なす 万能ねぎ 昆布 大根 人参 ほうれんそう なめ茸 オレンジ 南瓜	水 こいくちしょうゆ 麦茶
30	水	クラッカー 麦茶	味噌鶏そぼろ丼 すまし汁 キャベツのおかか和え チーズ 麦茶	ゼリー(青りんご味) ウエハース 牛乳	ヨーグルト 麦茶	鶏肉 味噌 木綿豆腐 かつお節 チーズ 牛乳	米 油 砂糖 青りんごゼリーの素 ウエハース クラッカー	玉ねぎ しょうが 焼きのり 干しいたけ 白菜 昆布 キャベツ 人参 小松菜	水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶