

令和 8 年 9 月 献 立 表

上布田保育園

曜日		乳児 朝のおやつ	昼 食	お や つ	熱・力となる 食 品	血・骨・肉 となる食品	身体の調子を整える食品	延長おやつ	今月の平均給与量		
1	火	おせんべい 麦茶	ゆかりごはん（非常食） 豚汁 さんまのかば焼き（非常食） 納豆和え すいか	クラッカー（非常食） 牛 乳	米 ジャが芋 ごんにやく マヨドレ クラッカー	豚肉 木綿豆腐 さんま 納豆 牛乳	大根 人参 ごぼう ねぎ 小松菜 えのき すいか	さつま芋あんぱん 麦茶	9月はお月見やお彼岸のおはぎ等 少し秋らしさを感じる献立を考え てみました。		
2 16	水	ビスケット 麦 茶	たんめん（豚肉、キャベツ、もやし、人参、葱、コーン、干椎茸） かぼちゃサラダ バナナ	マーブルパン 牛 乳	中華麺 マヨドレ ココア 小麦粉	豚肉 ハム 牛乳	キャベツ もやし 人参 ねぎ には コーン缶 干し椎茸 南瓜 胡瓜 バナナ	ゼリー・菓子 麦茶	9月1日は「防災の日」。保育園で 備蓄している非常食を使ってお昼 とおやつを作ります。そのほかの 日もフルーツ缶、クラッカー、花 豆の甘煮などローリングストック で使用していきます。		
3	木	クラッカー 麦 茶	パリパリ春巻き丼 青梗菜と鶏のスープ ささみときゅうりとわかめの酢みそ和え 梨	フルーツヨーグルト（非常食） クラッカー 麦茶	米 ワンタン 春雨 クラッカー	豚ひき 鶏肉 鶏ささみ ヨーグルト	玉葱 白葱 人参 椎茸 ビーマン にんにく 生姜 梨 青梗菜 しめじ 胡瓜 わかめ もやし フルーツ缶	ウインナーパン 麦茶			
4 18	金	おせんべい 麦 茶	バーガーパン もやしのカレースープ キャベツハンバーグ ラタトゥイユ バナナ	夕焼けおにぎり 麦 茶	パン カレー粉 パン粉 米	鶏肉 豚ひき 木綿豆腐 ベーコン しらす	もやし 玉ねぎ セロリ にんにく キャベツ 人参 なす スッキーニ 南瓜 バナナ	ゼリー・果物 麦茶			
5 19	土	ビスケット 麦 茶	肉みそうどん ツナじゃが くだもの	ホイップクリームパン 牛 乳	うどん ジャが芋 ホイップクリームパン	鶏ひき ツナ 牛乳	ねぎ 青梗菜 玉ねぎ 人参 くだもの	菓子盛り合わせ 麦茶			
7	月	クラッカー 麦 茶	ごはん すまし汁（はんぺん、小松菜） めかじきのみそ漬け焼き 三色和え 梨	チーズラスク 牛 乳	米 食パン バター	はんぺん めかじき かつお節 チーズ 牛乳	小松菜 ほうれん草 人参 もやし 梨	菓子盛り合わせ 麦茶			
8	火	クラッカー 麦 茶	ごはん みそ汁（なす、油揚げ、えのき） 豆腐ハンバーグ コーンサラダ りんご	大学いも 牛 乳	米 パン粉 さつま芋 ごま	油揚げ 木綿豆腐 鶏ひき 牛乳	なす えのき 人参 ねぎ キャベツ 胡瓜 コーン缶 りんご	ゼリー・果物 麦茶	9月25日は中秋の名月です。おや つに「月見うさぎのホットケーキ」 を作る予定です。ココア生地で、 お月見うさぎをあらわします。 楽しみにしていてね！		
9 30	水	おせんべい 麦 茶	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ（乳児白身魚） 花豆甘煮（非常食） バナナ	⑨メキシカンライス 麦茶 ⑩二色おはぎ 麦茶	うどん 里芋 小麦粉 米 ⑨カレー粉 ⑩もち米	鶏肉 木綿豆腐 油揚げ 花豆 竹輪 ⑨ウインナー ⑩小豆 きな粉	大根 人参 ごぼう ねぎ 青のり バナナ ⑨パプリカ ビーマン 玉ねぎ	スティックパン 麦茶			
10 24	木	ビスケット 麦 茶	ハヤシライス 森のきのこスープ スパゲティサラダ ヨーグルト	ぶどうゼリー おせんべい 牛乳	米 ハヤシルウ サラスパ マヨドレ アガー おせんべい ジュース	豚肉 鶏肉 ハム ヨーグルト 牛乳 鶏肉 鶏肉 ハム ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム しめじ 青梗菜 えのき キャベツ 胡瓜	ラスク 麦茶			
11 25	金	おせんべい 麦 茶	食パン ジュリエヌスープ なすのミートグラタン 粉ふきいも バナナ	⑪ホットケーキ 牛乳 ⑫月見うさぎのホットケーキ 牛乳	食パン 小麦粉 バター ジャが芋 ⑪メープルシロップ ⑫ココア 粉砂糖	ベーコン 豚ひき チーズ 牛乳	キャベツ 玉ねぎ 人参 なす 青のり バナナ	ゼリー・菓子 麦茶	～今月の秋の味覚～		
12 26	土	ビスケット 麦 茶	もやしあんかけラーメン （0,1歳 もやしあんかけうどん） さつま芋の甘煮 くだもの	メロンパン 牛 乳	中華麺 さつま芋 メロンパン	豚肉 牛乳	もやし キャベツ には 玉ねぎ 人参 しめじ 生姜 くだもの	菓子盛り合わせ 麦茶	さんま、さば、えのき、しめじ なす、舞茸、里芋、くり		
14 28	月	クラッカー 麦 茶	十六穀米ごはん 沢煮椀 さばの塩焼き おからの炒り煮 梨	ジャムサンド 牛 乳	十六穀米 食パン ジャム バター	鶏肉 さば おから 牛乳	大根 人参 ごぼう 万能ねぎ 椎茸 ねぎ 梨	菓子盛り合わせ 麦茶			
15 29	火	おせんべい 麦 茶	わかめごはん きのこみそ汁（白菜、しめじ、舞茸） ヤンニョムチキン 青菜ともやしのナムル りんご	ミルクもち 麦 茶	米 片栗粉 ごま	鶏肉 牛乳 きな粉 白菜 ほうれん草 もやし 人参 海苔 りんご	炊き込みわかめ しめじ えのき ねぎ	デニッシュ 麦茶			
⑪7	木	おせんべい 麦 茶	くりごはん すまし汁（豆腐、えのき、みつば） はんぺんチーズフライ キャベツ人参おかか和え 梨	ココアミルクプリン 牛 乳	米 ごま 小麦粉 パン粉 アガー ココア 生クリーム	豆腐 はんぺん チーズ かつお節 牛乳	くり みつば えのき キャベツ 人参 梨	ウインナーパン 麦茶	たんぱく質 脂質	乳児 511kcal 18.5 g 幼児 574kcal 21.5 g 17.5 g	

5日（土） さくら組の日・・・楽しいこと計画中！

17日（木） 誕生会・・・みんな大好きはんぺんチーズフライでお祝いです！ おやつは
新メニューの「ココアミルクプリン」です。お楽しみに！



*食べたことのない食材がある場合は家庭で複数回食べるようにしてください。

*都合により内容が変更になる場合があります。

*中華麺を使用する日は、0,1歳クラスはうどんを使用しています。（奥歯で噛むことが難しいため）



今月の平均給与量		
	乳児	幼児
エネルギー	511kcal	574kcal
たんぱく質	18.5 g	21.5 g
脂質	16.2 g	17.5 g

