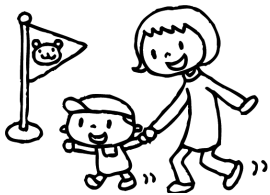




れいわ ねんど  
令和8年度

がつこんだてよていひょう  
9月献立予定表 (ひよこ組～さくら組)

やまぎし えん  
山岸こども園



| ひ<br>日<br>曜 | 午前のおやつ<br>(0, 1歳児のみ)                                                                  | 昼<br>食                                               | お や つ                   | 栄養摂取量               |           |        |        |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------|-----------|--------|--------|
|             |                                                                                       |                                                      |                         | 熱量 (Kcal)           | たんぱく質 (g) | 脂質 (g) | 食塩 (g) |
| 1<br>火      | せんべい 牛乳                                                                               | ごはん むら雲スープ オレンジ<br>ちくわとさつまいもの天ぷら 三色ごま和え              | 非常食用パン<br>牛乳            | 459                 | 16.9      | 13.7   | 1.5    |
| 2<br>水      | クラッカー 牛乳                                                                              | ごはん わかたけ汁 ハンバーグ<br>ひじきサラダ 煮豆                         | がんづき<br>牛乳              | 454                 | 17.8      | 14.8   | 1.3    |
| 3<br>木      | ごまビスケット 牛乳                                                                            | ごはん 味噌汁 (油揚げ/玉葱) オレンジ<br>豆腐の五目あん フレーク和え              | じゃがいも餅<br>牛乳            | 466                 | 20.3      | 14.2   | 2.2    |
| 4<br>金      | せんべい 牛乳                                                                               | 〈お祭りメニュー〉焼きそば すいとん汁<br>フランクフルト 焼きとうもろこし オレンジ         | チョコバナナ風サンド<br>牛乳        | 434                 | 18.5      | 13.7   | 1.6    |
| 5<br>土      | ビスケット 牛乳                                                                              | ごはん 味噌汁 (なめこ/小松菜) パナナ<br>魚のごま味噌焼き すき昆布の煮物 昆布佃煮       | バタースティックパン<br>牛乳        | 461                 | 20.3      | 14.2   | 1.4    |
| 7<br>月      | 野菜バー 牛乳                                                                               | ごはん 味噌汁 (小松菜/豆腐)<br>タンドリーチキン 春雨サラダ かぼちゃの甘煮           | シュガートースト<br>牛乳          | 446                 | 17.0      | 14.7   | 1.6    |
| 8<br>火      | ウエハース 牛乳                                                                              | ごはん 味噌汁 (キャベツ) パナナ<br>魚のカレー焼き じゃがいもソテー               | かぼちゃ<br>南瓜オープンサンド<br>牛乳 | 441                 | 19.2      | 14.1   | 1.7    |
| 9<br>水      | クラッカー 牛乳                                                                              | ごはん 春雨スープ 高野豆腐フライ<br>かぼちゃサラダ ひじきそぼろ                  | チャーハン<br>牛乳             | 485                 | 17.5      | 16.0   | 1.3    |
| 10<br>木     | ごまビスケット 牛乳                                                                            | ロールパン 白菜スープ マカロニミート<br>フレンチサラダ オレンジ                  | ひじきごはん<br>牛乳            | 460                 | 17.8      | 15.3   | 1.8    |
| 11<br>金     | 野菜バー 牛乳                                                                               | ごはん 五目味噌汁<br>魚の味噌煮 筑前煮 パナナ                           | じゃこトースト<br>牛乳           | 447                 | 21.3      | 14.0   | 1.7    |
| 12<br>土     | クラッカー 牛乳                                                                              | ごはん 味噌汁 (油揚げ/なす) パナナ<br>魚の西京焼き 厚揚げの煮物 昆布佃煮           | あんマーガリンパン<br>牛乳         | 448                 | 16.5      | 14.8   | 1.2    |
| 14<br>月     | ごまビスケット 牛乳                                                                            | ごはん 味噌汁 (もやし) 揚げレバーの甘酢あえ<br>じゃがいもツナ煮 コーンサラダ          | チーズ蒸しパン<br>牛乳           | 450                 | 19.8      | 13.9   | 1.8    |
| 15<br>火     | クラッカー 牛乳                                                                              | ごはん 味噌汁 (小松菜/豆腐) オレンジ<br>魚の唐揚げ野菜あんかけ コーンサラダ          | フ レ ー ク ク ッ キ ー<br>牛乳   | 438                 | 17.0      | 13.8   | 1.4    |
| 16<br>水     | ごまビスケット 牛乳                                                                            | ごはん 味噌汁 (大根/油揚げ)<br>千草焼き 和風サラダ パナナ                   | 五目おこわ<br>牛乳             | 470                 | 16.7      | 15.5   | 1.8    |
| 17<br>木     | せんべい 牛乳                                                                               | 〈誕生会メニュー〉さつまいもごはん<br>豚汁 鶏のから揚げ オレンジ<br>ブロッコリーマヨネーズあえ | ケーキ<br>牛乳               | 488                 | 19.9      | 17.6   | 1.5    |
| 18<br>金     | ビスケット 牛乳                                                                              | ごはん 味噌汁 (じゃがいも/玉葱) パナナ<br>豚肉と大根の味噌煮 もやしのナムル          | わふう<br>和風スパゲティー<br>牛乳   | 427                 | 17.8      | 13.8   | 1.7    |
| 19<br>土     | クラッカー 牛乳                                                                              | ごはん 味噌汁 (キャベツ) 魚の塩焼き<br>すき焼き風煮 昆布佃煮 パナナ              | ジャムマーガリンパン<br>牛乳        | 488                 | 19.9      | 18.1   | 1.6    |
| 21<br>月     |    |                                                      |                         | けいろう ひ<br>敬老の日      |           |        |        |
| 22<br>火     |    |                                                      |                         | こくみん きゅうじつ<br>国民の休日 |           |        |        |
| 23<br>水     |  |                                                      |                         | しゅうぶん ひ<br>秋分の日     |           |        |        |
| 24<br>木     | ビスケット 牛乳                                                                              | ロールパン コーンチャウダー<br>魚のフライ 三色ごま和え トマト                   | このや<br>お好み焼き<br>牛乳      | 420                 | 19.6      | 14.9   | 1.5    |
| 25<br>金     | 野菜バー 牛乳                                                                               | ごはん 味噌汁 (ふ/わかめ) 梨<br>高野豆腐ひき肉サンド マカロニサラダ              | スイートポテト<br>牛乳           | 460                 | 19.3      | 16.2   | 1.2    |
| 26<br>土     | クラッカー 牛乳                                                                              | ごはん 味噌汁 (なめこ/小松菜) パナナ<br>魚の味噌焼き 切干大根コンソメ煮 昆布佃煮       | バタースティックパン<br>牛乳        | 454                 | 19.9      | 14.1   | 1.4    |
| 28<br>月     | ウエハース 牛乳                                                                              | ごはん すまし汁 ポークカレー<br>魚のハーブ焼き 中華風サラダ                    | や<br>焼きそば<br>牛乳         | 452                 | 19.9      | 14.4   | 1.9    |
| 29<br>火     | せんべい 牛乳                                                                               | ごはん 味噌汁 (豆腐/わかめ) パナナ<br>魚のピカタ ブロッコリーソテー              | きのこごはん<br>牛乳            | 461                 | 20.3      | 11.3   | 1.5    |
| 30<br>水     | 野菜バー 牛乳                                                                               | ごはん 親子スープ オレンジ<br>鶏肉と野菜のケチャップ炒め さつま芋サラダ              | みそ<br>味噌ラスク<br>牛乳       | 458                 | 18.1      | 15.4   | 1.6    |

★物資の都合上、献立を変更する場合があります。

☆9月1日は防災の日です。おやつに非常食用のパンを食べてみます。