

令和8年 9月 献立予定表

月	火	水	木	金	土
3-5歳児は バス遠足があり ます。真夏に比 べて涼しくなっ てきましたが、お弁 当の温度管理に はまだ注意が必 要です。しっかり 冷ましてからフタ をしましょう！	1 ごはん しる みそ汁 レバーメンチカツ ほうれん草の和え物 そえだちょうなし 添田町の梨 マシュマロビスケット 牛乳	2 のりごはん じる すまし汁 みそに サバの味噌煮 ごもく 五目さんぴら くだもの 果物	3 ロールパン オニオンスープ とりにく 鶏肉のオーロラソース フレンチサラダ ようちぶぎゅうにゅう 幼稚部牛乳	4 ポークカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 ブロッコリーとツナのサラダ チーズ フルーツヨーグルト ウエハース	5 こんぶ ごま昆布ごはん ふたじる キャベツ豚汁 ヨーグルト 菓子（黒糖かりんとう） 牛乳
7	8 バス遠足	9	10	11	12
ごはん しる みそ汁 ぶたにく 豚肉のマーマレード焼き マカロニサラダ くだもの 果物 もちもちかぼちゃドーナツ 牛乳	ゆかりごはん しる どさんこ汁 ホッケのフライ もやしのナムル	おやこどん 親子丼 しる みそ汁 きりぼしだいこん 切干大根のサラダ くだもの 果物	わかめごはん しる みそ汁 あ 揚げワタンの五目あんかけ ごもく あまに さつまいもの甘煮	ごもく 五目うどん いそべあ ちくわの磯辺揚げ くだもの 果物 原宿ドック 牛乳	ハヤシライス ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ かん フルーツミックス缶 菓子（味しらべ） 鉄分ジュース
14	15	16	17	18	19
ごはん じる すまし汁 みそ 味噌チキンカツ スパゲティサラダ くだもの 果物 ホットケーキ ミルクココア	や どん すき焼き丼 しる みそ汁 ちゅうかあ きゅうりの中華和え くだもの 果物	なっとう のり納豆ごはん しる みそ汁 とうふ 豆腐ハンバーグ はるさめ ちゅうか ささみと春雨の中華サラダ	フィッシュバーガー とうにゅう 豆乳スープ レタスのマリネ ようちぶぎゅうにゅう 幼稚部牛乳	みそやさい 味噌野菜ラーメン ごまポテト くだもの 果物	ハッシュドポークライス ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ かん フルーツミックス缶
21	22	23	24	25	26
敬老の日 	国民の休日 	秋分の日 	ごはん しる みそ汁 ささみのレモン風味 ふうみ ほうれん草の納豆和え そう なっとうあ くだもの 果物 人参ホットケーキ 牛乳	誕生会【十五夜】 つきみ お月見タンメン あお 青のりポテト わなし 和梨ゼリー 	やさいまーぼどん 野菜麻婆丼 ちゅうか 中華スープ ヨーグルト 菓子（旨塩せん） 鉄分ジュース
28	29	30		* 今月の平均栄養量 *	
あおな 青菜ごはん しる みそ汁 とり しお あ 鶏の塩から揚げ あ いんげんのごま和え くだもの 果物 ピーナツパタースコーン 牛乳	こんさい 根菜カレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 キャベツとハムのサラダ チーズ 鉄分ヨーグルト 菓子（A字ビスケット）	ごはん しる みそ汁 あまからあ カレーの甘辛揚げ ぶたにく 豚肉とかぼちゃの煮物 くだもの 果物 米粉のブラウニー 牛乳		未満児 以上児 エネルギー 486cal 597kcal たんぱく質 21g 25g 脂質エネルギー比 31% 30% 塩分 1.7g 2.2g 	