

令和8年

9月 献立表

新生東志賀保育園

日 曜	献 立 名	献 立 材 料 名			お や つ	
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	午 後	材 料 名
1 火	五目ごはん(防災食) わかめと高野豆腐のみそ汁 フルーツあえ	こんにゃく 三温糖 米 オリーブ油	鶏肉 油揚げ しょうゆ 合わせ味噌 高野豆腐	人参 しめじ 玉ねぎ 生しいだけ たけのこ水煮 えのき茸 乾燥わかめ パナナ みかん缶 バイン缶	マカロニナポリタン	マカロニ 玉ねぎ ビーマン サラダ油 ケチャップ ウインナー(無着色) 三温糖 しょうゆ
2 水	チャブチェ チンゲン菜の中華スープ ごはん	春雨 ごま油 いりごま 三温糖 米	豚肉 しょうゆ うすくちしょうゆ 豆腐 鶏肉	玉ねぎ 人参 にら にんにく しめじ チンゲン菜 エリンギ	きな粉蒸しパン	グラニュー糖 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー きな粉 塩
3 木	ミートボール ほうれん草とチーズのごまあえ アルファベットスープ わかめごはん	片栗粉 三温糖 パン粉 すりごま マカロニ 米	豚ひき肉 しょうゆ スライスチーズ 合わせみそ ウインナー	玉ねぎ ケチャップ 人参 ほうれん草 キャベツ コーン缶	ヨーグルトパンケーキ	プレーンヨーグルト 牛乳 パター 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖
4 金	しらすの Pasta ゆかりポテサラ BLTスープ	スパゲッティ オリーブ油 じゃが芋 マヨドレ	しらす干し うすくちしょうゆ ベーコン	キャベツ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ にんにく 刻みのり きゅうり しそ粉 トマト レタス	カレー風味おにぎり	米 しょうゆ 酒 三温糖 豚ひき肉 人参 ビーマン 純カレー 塩
5 土	かきあげころうどん れんこんのサラダ	干めん 三温糖 小麦粉 片栗粉 マヨドレ すりごま	しょうゆ ちくわ	人参 玉ねぎ れんこん ひじき きゅうり コーン缶	黒糖かんでん	アガー 黒砂糖 きな粉 三温糖 塩
6 日						
7 月	豆腐ときのこの中華炒め 春雨スープ ごはん	サラダ油 ごま油 片栗粉 三温糖 春雨 米	豆腐 鶏肉 白しょうゆ うすくちしょうゆ	人参 しめじ エリンギ チンゲン菜 玉ねぎ まいたけ ねぎ コーン缶 クリームコーン缶	米粉のブラウニー	豆腐 上新粉 片栗粉 ベーキングパウダー 純ココア グラニュー糖 100%りんごジュース 牛乳
8 火	なすとパプリカのキーマカレー キャベツのおかかあえ ひよこ〜うき組：バナナ きりん〜そら組：梨	米 三温糖	豚ひき肉 花かつお しょうゆ	玉ねぎ 人参 ビーマン ケチャップ しょうがチューブ にんにく なす パプリカ キャベツ もやし ほうれん草 パナナ 梨	黒ごまスティック	小麦粉 片栗粉 三温糖 パター 黒ごま 牛乳
9 水	かれいのコーンフ레이크焼き ひじきのマヨサラダ 玉ねぎのみそ汁 ごはん	マヨドレ パン粉 コーンフ레이크 三温糖 サラダ油 米	かれい しょうゆ ちくわ 赤みそ	ひじき 小松菜 人参 玉ねぎ あさつき えのき茸	のり塩ポテト	じゃが芋 サラダ油 塩 青のり
10 木	チリコンカン パンプキンポタージュ 豆乳パン	じゃが芋 三温糖 サラダ油 パター 豆乳パン	豚ひき肉 水煮大豆 しょうゆ 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく ケチャップ エリンギ 南瓜	鮭おにぎり	サケフ레이크 米 いりごま
11 金	豚の生姜焼き キャベツとしらすのソテー なすのみそ汁 ごはん	三温糖 サラダ油 ごま油 米	豚肉 しょうゆ しらす干し うすくちしょうゆ 白みそ 油揚げ	玉ねぎ しょうがチューブ キャベツ 人参 なす あさつき 冬瓜	チーズケーキ風トースト	バター プレーンヨーグルト グラニュー糖 マヨドレ 食パン
12 土	ちゃんぽん風うどん ほうれん草のごまあえ	干めん サラダ油 すりごま 三温糖	豚肉 かまぼこ うすくちしょうゆ しょうゆ	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし	ゼリー 菓子	ゼリー 菓子
13 日						
14 月	鮭のレモン焼き ほうれん草の磯和え さつまいものみそ汁 ごはん	三温糖 サラダ油 さつま芋 米	生鮭 しょうゆ 合わせみそ	しょうがチューブ レモン もやし ほうれん草 しめじ 刻みのり 人参 玉ねぎ えのき茸	フルーツヨーグルト	もも缶 パナナ バイン缶 プレーンヨーグルト グラニュー糖
15 火	栄養満点丼 わかめスープ パインアップル	サラダ油 米 三温糖 いりごま	豚ひき肉 しょうゆ うすくちしょうゆ	人参 ビーマン 玉ねぎ えのき茸 乾燥わかめ コーン缶 パインアップル	しらすチーズトースト	しらす干し マヨドレ 食パン ビザ用チーズ
16 水	チャブチェ チンゲン菜の中華スープ ごはん	春雨 ごま油 いりごま 三温糖 米	豚肉 しょうゆ うすくちしょうゆ 豆腐 鶏肉	玉ねぎ 人参 にら にんにく しめじ チンゲン菜 エリンギ	きな粉蒸しパン	グラニュー糖 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー きな粉 塩
17 木	しらすの Pasta ゆかりポテサラ BLTスープ	スパゲッティ オリーブ油 じゃが芋 マヨドレ	しらす干し うすくちしょうゆ ベーコン	キャベツ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ にんにく 刻みのり きゅうり しそ粉 トマト レタス	カレー風味おにぎり	米 しょうゆ 酒 三温糖 豚ひき肉 人参 ビーマン 純カレー 塩
18 金	タンドリーチキン チンゲン菜のナムル 豆乳スープ ごはん	サラダ油 いりごま ごま油 三温糖 さつま芋 米	鶏肉 しょうゆ プレーンヨーグルト 無調製豆乳 ベーコン	にんにく ケチャップ 玉ねぎ もやし チンゲン菜 人参 しょうがチューブ まいたけ	かぼちゃフライ	南瓜 サラダ油 パン粉 小麦粉
19 土	かきあげころうどん れんこんのサラダ	干めん 三温糖 小麦粉 片栗粉 マヨドレ すりごま	しょうゆ ちくわ	人参 玉ねぎ れんこん ひじき きゅうり コーン缶	黒糖かんでん	アガー 黒砂糖 きな粉 三温糖 塩
20 日						
21 月						
22 火						
23 水						