



2026年度9月 献立予定表



ニチキッズあいずみさかふじ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
1 15 29 (火)	ご飯 オクラのおみそ汁 さばの照り焼き こまつなのゆかり和え バナナ	牛乳/カルデツウエハース/米/かつおだし汁、オクラ、にんじん、だいこん、みそ/さば、しょうゆ、みりん、砂糖/こまつな、もやし、コーン(冷凍)、カルシウムふりかけ ゆかり/バナナ/牛乳/食パン、いちごジャム	牛乳 ウエハース	509(431) kcal 20.8(18.4) g
			牛乳 ジャムサンド	13.6(13.3) g
2 16 30 (水)	ご飯 さつまいものスープ 鶏肉の南部焼き なすのツナみそ炒め りんご	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、さつまいも、いんげん、たまねぎ、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、ごま油、しょうゆ、みりん、ごま/油、なす、キャベツ、にんじん、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ、みそ/りんご/牛乳/にんじん、ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、砂糖	牛乳 ビスケット	480(425) kcal 19.4(17.6) g
			牛乳 にんじんスティックパン	10.6(11.2) g
3 17 (木)	ご飯 もやしのすまし汁 マーボー高野豆腐 かぼちゃサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、ほうれんそう、もやし、食塩、しょうゆ、みりん/油、おろししょうが、たまねぎ、豚ひき肉、凍り豆腐、にら、水、砂糖、しょうゆ、みそ(甘みそ)、片栗粉、水、鶏がらスープの素/かぼちゃ、きゅうり、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ/バナナ/牛乳/大根、しらす干し、あおのり、片栗粉、米粉、鶏がらスープの素、ごま油、しょうゆ	牛乳 クラッカー	510(451) kcal 18.6(17.0) g
			牛乳 だいこん餅	14.8(15.2) g
4 (金)	ご飯 じゃがいものスープ BBQチキン チンゲンサイのおかか和え オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、じゃがいも、たまねぎ、ブロッコリー、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、おろししょうが、中濃ソース、ケチャップ、砂糖/チンゲンサイ、にんじん、切り干しだいこん、コーン(冷凍)、しょうゆ、かつお節/オレンジ/牛乳/米、炊き込みわかめ	牛乳 おせんべい	454(411) kcal 19.1(17.8) g
			牛乳 わかめおにぎり	7.7(9.6) g
18 (金)	フルコギ丼 野菜のスープ きゅうりの浅漬け 梨	牛乳/お子様せんべい/米、はるさめ、豚肉(もも)、たまねぎ、にら、コーン(冷凍)、砂糖、しょうゆ、みそ(甘みそ)、ごま油/かつお・昆布だし汁、じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、鶏がらスープの素、しょうゆ、食塩、きゅうり、だいこん、食塩、砂糖、酢、しょうゆ/なし/牛乳/米粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、バナナ、レモン果汁	牛乳 おせんべい	655(574) kcal 19.6(18.2) g
			牛乳 しっとりマフィン	20.4(19.8) g
5 19 (土)	ご飯 なすのおみそ汁 さけのゆうあん焼き じゃがいもの金平 バナナ	牛乳/カルデツウエハース/米/かつおだし汁、なす、たまねぎ、にら、油揚げ、みそ/さけ、しょうゆ、レモン果汁、みりん/油、じゃがいも、にんじん、ピーマン、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 ウエハース	471(426) kcal 21.8(20.0) g
			牛乳 マカロニきな粉	9.9(11.5) g
7 (月)	ご飯 ブロッコリーのスープ さわらのオーロラソース キャベツのマヨ和え オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/水、鶏ささ身、ブロッコリー、にんじん、鶏がらスープの素、食塩/さわら、食塩、米粉、油、ケチャップ、ノンエッグマヨネーズ/キャベツ、きゅうり、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/オレンジ/牛乳/かぼちゃ、砂糖、片栗粉、チーズ	牛乳 おせんべい	457(416) kcal 21.3(19.5) g
			牛乳 かぼちゃおやき	12.3(13.8) g
8 (火)	手作りふりかけご飯 チンゲンサイのおみそ汁 豚肉の生姜焼き さつまいものオープン焼き バナナ	牛乳/クラッカー/米、塩こんぶ、ごま、あおのり、かつお節、しょうゆ、みりん/かつおだし汁、チンゲンサイ、だいこん、にんじん、みそ(甘みそ)/豚肉(もも)、たまねぎ、葉ねぎ、おろししょうが、しょうゆ、みりん、清酒・上撰、砂糖/さつまいも、食塩/バナナ/牛乳/ごま油、豚肉(肩ロース)、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、砂糖、しょうゆ、鶏がらスープの素、カレー粉	牛乳 クラッカー	518(458) kcal 21.1(19.0) g
			牛乳 カレービーフン	12.7(13.5) g
9 (水)	タコライス 豆腐のおみそ汁 いんげんのごまよごし なし	牛乳/カルデツウエハース/米、油、豚ひき肉、たまねぎ、カレー粉、中濃ソース、ケチャップ、砂糖、キャベツ、にんじん、コーン(冷凍)/かつおだし汁、絹ごし豆腐、カットわかめ、オクラ、みそ/いんげん、もやし、ごま、砂糖、しょうゆ/なし/牛乳/無塩バター、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、牛乳	牛乳 ウエハース	500(447) kcal 18.8(17.1) g
			牛乳 スコーン	16.5(16.9) g
10 24 (木)	ご飯 さといものおみそ汁 さばのしょうが焼き ピーマンのおかか炒め バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、さといも、たまねぎ、いんげん、みそ/さば、おろししょうが、しょうゆ/ごま油、ピーマン、にんじん、コーン(冷凍)、キャベツ、しょうゆ、かつお節/バナナ/牛乳/油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま、牛乳	牛乳 おせんべい	553(486) kcal 20.0(17.9) g
			牛乳 セサミクッキー	18.3(17.9) g
11 (金)	カレーピラフ いんげんのおみそ汁 きゅうりとツナのサラダ オレンジ	牛乳/クラッカー/米、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、カレー粉、食塩/かつおだし汁、いんげん、だいこん、みそ/きゅうり、ツナ水煮缶、カットわかめ、ごま油、レモン果汁、しょうゆ/オレンジ/牛乳/さつまいも、食塩	牛乳 クラッカー	463(414) kcal 15.7(14.6) g
			牛乳 ふかし芋	12.3(13.2) g
25 (金)	味付けごはん きのこのおみそ汁 鶏つくねのあんかけ 切干し大根のサラダ 梨	牛乳/クラッカー/米、しょうゆ、本みりん、のり、ケチャップ、さつまいも、油、食塩/えのきたけ、しめじ、チンゲンサイ、かつお・昆布だし汁、みそ(甘みそ)/鶏ひき肉、木綿豆腐、片栗粉、食塩、清酒・上撰、おろししょうが、油、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、片栗粉、切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ、本みりん、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、食塩/なし/牛乳/さつまいも、砂糖、豆乳、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 クラッカー	542(475) kcal 20.4(18.3) g
			牛乳 さつまいも団子	13.9(14.3) g
12 26 (土)	ご飯 こまつなのおみそ汁 のり塩チキン かぼちゃのオープン焼き バナナ	牛乳/カルデツウエハース/米/かつおだし汁、こまつな、たまねぎ、にんじん、もやし、みそ/鶏もも肉、おろしにんにく、みりん、食塩、あおのり/かぼちゃ、にんじん、いんげん、油、食塩/バナナ/牛乳/米、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 ウエハース	526(469) kcal 20.3(18.7) g
			牛乳 きなこのおはぎ	9.6(11.3) g
14 28 (月)	ポークカレー きのこスープ はりはりサラダ オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米、油、おろしにんにく、たまねぎ、豚肉(もも)、かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、カレーパウダー、砂糖、いちごジャム、鶏がらスープの素、片栗粉/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、しめじ、えのきたけ、しょうゆ、食塩/切り干しだいこん、にんじん、きゅうり、しらす干し、砂糖、酢、しょうゆ/オレンジ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、ヨーグルト(無糖)、いちごジャム、無塩バター	牛乳 おせんべい	594(530) kcal 16.4(15.5) g
			牛乳 ソフトビスケット	16.8(15.8) g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



9月平均栄養量	
512(454) kcal	
19.6(17.9) g	
13.3(13.8) g	