



2026年度9月 献立予定表（完了食）



ニチキッズ北たみや保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			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 グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/牛乳/米、炊き込みわかめ	牛乳 ウエハース	439 kcal 19.1 g 11.0 g
2 16 30 (水)	ご飯 さつまいものスープ 焼き油林鶏（ユウリンチー） なすのツナみそ炒め 煮りんご	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、しょうゆ、食塩/たまねぎ、砂糖、しょうゆ、酢、鶏もも肉、食塩、片栗粉、油/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 牛乳 にんじんスティックパン	437 kcal 17.9 g 11.4 g
3 17 (木)	ご飯 もやしのおみそ汁 高野豆腐と団子の煮物 かぼちゃサラダ グレープフルーツ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、もやし、オクラ、カットわかめ、みそ/凍り豆腐、豚ひき肉、ひじき、にんじん、片栗粉、食塩、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、こまつな/かぼちゃ、きゅうり、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨネーズ/グレープフルーツ/牛乳/かんでん（粉）、水、砂糖、ぶどう濃縮果汁、ぶどう/お子様せんべい	牛乳 クラッカー 牛乳 果実入りぶどうゼリー・おせんべい	454 kcal 15.0 g 15.6 g
4 18 (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、こんぶ（だし用）、コーン（冷凍）、にんじん、食塩、無塩バター	牛乳 おせんべい 牛乳 コーンバターピラフ	413 kcal 18.0 g 9.3 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 煮りんご	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/りんご/牛乳/無塩バター、砂糖、卵、小麦粉、玄米フレーク	牛乳 ウエハース 牛乳 玄米フレーククッキー	458 kcal 18.9 g 16.1 g
7 (月)	ご飯 ブロッコリーのスープ さわらのトマト煮 キャベツとりんごのサラダ 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、片栗粉、油、おろしにんにく、たまねぎ、しめじ、ホールトマト缶詰、砂糖、中濃ソース、食塩/キャベツ、りんご、きゅうり、コーン（冷凍）、油、酢、砂糖、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 牛乳 かぼちゃおやき	435 kcal 20.0 g 13.8 g
8 (火)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 がんもどき さつまいものオープン焼き グレープフルーツ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、だいこん、みそ/油、木綿豆腐、ひじき、しらす干し、にんじん、ねぎ、えだまめ（冷凍）、食塩、しょうゆ、片栗粉/さつまいも、食塩/グレープフルーツ/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 牛乳 カレーピーマン	435 kcal 16.1 g 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 なしのコンポート	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 牛乳 スコーン	438 kcal 16.7 g 16.7 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）、しょうゆ、かつお節/バナナ/牛乳/さつまいも	牛乳 おせんべい 牛乳 ふかし芋	424 kcal 16.7 g 13.0 g
11 25 (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/油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま、牛乳	牛乳 クラッカー 牛乳 セサミクッキー	424 kcal 15.2 g 15.0 g
12 26 (土)	ご飯 こまつなのおみそ汁 のり塩チキン かぼちゃのオレンジ煮 なしのコンポート	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、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、さつまいも、えだまめ（冷凍）、水、オレンジ濃縮果汁、砂糖/なし/牛乳/米、きな粉、砂糖、黒ごま、砂糖	牛乳 ウエハース 牛乳 2色おはぎ	452 kcal 18.2 g 11.0 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、ホールトマト缶詰、りんご、ピーマン、中濃ソース、食塩、カレー粉、米粉、水/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、しめじ、えのきだけ、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/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、ゆであずき缶	牛乳 おせんべい 牛乳 米粉あずき蒸しパン	441 kcal 16.8 g 11.9 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。

◎完了期は未食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の太字を参考にご家庭で2回以上

喫食しましたらお知らせ下さい。

◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。



9月平均栄養量	
444	kcal
18.3	g
13.7	g