

2026年度9月 献立予定表

ニチキッズこくふ保育園

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 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／かんでん（粉）、水、砂糖、ぶどう濃縮果汁／お子様せんべい	牛乳 ウエハース 牛乳 ぶどうゼリー・おせんべい	415 kcal 15.9 g 12.8 g
2 16 30 (水)	ご飯 さつまいものスープ 焼き油林鶏（ユーリンチー） ピーマンのツナ和え オレンジ	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／ツナ水煮缶、ピーマン、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨネーズ、すりごま／オレンジ／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	426 kcal 17.9 g 11.3 g
3 17 (木)	ご飯 なすのおみそ汁 さけのゆであん焼き じゃがいもの金平 りんごのコンポート	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／食パン、いちごジャム	牛乳 ウエハース 牛乳 いちごジャムサンド	422 kcal 19.4 g 11.6 g
4 18 (金)	ボークカレー 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、カレールウ（卵、小麦不使用）／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／小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、無塩バター、レモン果汁、砂糖	牛乳 おせんべい 牛乳 マドレーヌ	454 kcal 17.3 g 14.6 g
5 19 (土)	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 バナナ	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／バナナ／牛乳／食パン、砂糖、とろけるチーズ	牛乳 クラッカー 牛乳 やみつきトースト	474 kcal 19.6 g 14.8 g
7 (月)	ご飯 ブロッコリーのスープ さわらのトマト煮 キャベツのサラダ オレンジ	牛乳／お子様せんべい／米／水、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、きゅうり、コーン（冷凍）、油、酢、砂糖、食塩／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	442 kcal 18.3 g 14.7 g
8 (火)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 鶏肉のゆかり焼き さつまいもの甘辛煮 バナナ	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／鶏もも肉、カルシウムふりかけ ゆかり、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ／さつまいも、水、砂糖、しょうゆ／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、ビーフン、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 カレービーフン	432 kcal 19.1 g 11.4 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 オレンジ	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／オレンジ／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／（11日）油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま、牛乳（25日）さつまいも、砂糖、きな粉	牛乳 クラッカー 牛乳 （11日）セサミクッキー （25日）お月見団子	(11日)424 kcal (25日)418 kcal (11日)15.2 g (25日)14.6 g (11日)15.0 g (25日)11.5 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)	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
◎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
				431 kcal 17.3 g 12.9 g

