

2026年9月

〇は3時おやつ

献立表

成育しせい保育園(一般)

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名			
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかかりにくくなる食べ物	
01 火	<災害備蓄品の提供です> 中華丼 フルーツ缶	せんべい 麦茶	<災害備蓄品の提供です> えいようかん 玄米スナック 麦茶	塩昆布ごはん 麦茶				エネルギー 以上児 519kcal 未満児 394kcal お知らせ 行事等 11日 誕生会 9/1は防災の 日にちなみ、 昼食およびお やつは災害備 蓄食品の提供 です
02 水	御飯 みそ汁 さばのカレーマヨ焼き にんじんしりしり パイナップルきんとん フルーツ	せんべい 麦茶	チーズトースト 牛乳	おかかごはん 麦茶	〇牛乳、さば、ツナ水煮 缶、米みそ（淡色辛み そ）、〇粉チーズ、油揚 げ	米、さつまいも、〇食パ ン、砂糖、マヨネーズ、 〇マーガリン、ごま油、 なたね油	ハイン缶、もやし、にんじん、 だいこん、キャベツ、たまねぎ、に ら、えのき、コーン缶、しょうが	
03 木	ミートソーススパゲティ きゃべつのスープ 大根と鮭の煮物 野菜のコールスロー フルーツ	せんべい 麦茶	おくらの 炊き込みご飯 麦茶	けんちん汁 麦茶	豚ひき肉、さけ水煮缶 詰、ベーコン、しらす干 し	マカロニ・スパゲティ、 〇米、マヨネーズ、砂 糖、なたね油	だいこん、もやし、たまねぎ、ほ うれんそう、ホールトマト缶詰、 にんじん、キャベツ、〇オクラ、 〇しめじ、〇にんじん、しめじ、 ピーマン、えのき、ブロッコ リー、コーン缶、〇ひじき	
04 金	御飯 みそ汁 さんまのごま焼き 豚肉とじゃがいもの炒め物 桃のサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	ブラウニー 牛乳	ポトフ 麦茶	〇牛乳、さんま、〇木綿 豆腐、豚肉(もも)、米み そ（淡色辛みそ）、ハ ム、油揚げ、かつお節	米、じゃがいも、〇米 粉、〇砂糖、〇なたね 油、〇片栗粉、ごま油、 砂糖、なたね油	もやし、キャベツ、だいこん、も も缶（白桃）、たまねぎ、ごま、 にんじん、赤ピーマン、えのき、 ごぼう、ブロッコリー、コーン 缶、にんにく、しょうが	
05 土	バターロール もやしのスープ ハーベキューチキン ポテトサラダ フルーツ		ジャムパン 麦茶	おにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、ツ ナ水煮缶	ロールパン、じゃがい も、マヨネーズ	たまねぎ、もやし、にんじん、だ いこん、ミニトマト、きゅうり、 えのき、りんご、コーン缶、ブ ロッコリー、にんにく	
07 月	御飯 みそ汁 鶏肉となすのネギだれ じゃがいもの たらこマヨ炒め 変わりおひたし フルーツ	せんべい 麦茶	お好み焼き風 麦茶	野菜入りおにぎり 麦茶	鶏もも肉、米みそ（淡色 辛みそ）、たらこ、ツナ 水煮缶、油揚げ、かつお 節、〇かつお節	米、じゃがいも、〇小麦 粉、小麦粉、マヨネー ズ、なたね油、〇マヨ ネーズ	〇キャベツ、もやし、だいこん、 〇もやし、キャベツ、なす、たま ねぎ、ねぎ、にんじん、えのき、 赤ピーマン、ブロッコリー、ごば う、コーン缶、わかめ、しょう が、〇あおのり	
08 火	けんちんうどん 厚揚げとウィンナーの煮物 野菜のじゃこ炒め フルーツ	せんべい 麦茶	おはぎ 麦茶	青のりポテト 麦茶	生揚げ、米みそ（甘み そ）、〇ゆであずき缶、 豚肉(もも)、ウィンナー ソーセージ、じゃこ、油 揚げ、〇きな粉	ゆであうどん、〇もち米、 〇米、ごま油、砂糖、な たね油	もやし、糸こんにゃく、たまね ぎ、だいこん、にんじん、キャバ ツ、しめじ、赤ピーマン、ピーマ ン、えのき、ごぼう、れんこん、 にら、ブロッコリー、コーン缶	
09 水	御飯 みそ汁 ボクジツジャー かぼちゃのいとし煮 れんこんのきんぴら フルーツ	せんべい 麦茶	おからココア マフィン 牛乳	中華スープ 麦茶	〇牛乳、豚肉(もも)、ゆ であずき缶、〇おから、 米みそ（淡色辛みそ）、 〇卵、油揚げ、かつお節	米、〇無塩バター、〇小 麦粉、〇砂糖、砂糖、ご ま油、なたね油	かぼちゃ、れんこん、たまねぎ、 ごぼう、りんご、赤ピーマン、か ぶ、糸こんにゃく、もやし、しめ じ、ピーマン、〇干しぶどう、い んげん、かぶ、えのき、コーン 缶、しょうが	
10 木	御飯 みそ汁 鮭のクリームコーン焼き 切干大根の煮付け 大学芋 フルーツ	せんべい 麦茶	りんごケーキ 牛乳	マカロニ ナポリタン 麦茶	〇牛乳、さけ、〇卵、米 みそ（淡色辛みそ）、油 揚げ	米、さつまいも、〇無塩 バター、〇小麦粉、〇砂 糖、なたね油、砂糖、マ ヨネーズ	クリームコーン缶、〇りんご、た まねぎ、かぶ、にんじん、しめ じ、切り干しだいこん、ごぼう、 かぶ、えのき、いんげん	
11 金	きのこごはん みそ汁 豆腐入り松風焼き 煮豆 おひたし フルーツ	せんべい 麦茶	ケーキ 牛乳	大根の煮物 麦茶	〇牛乳、鶏ひき肉、金時 豆、〇卵、木綿豆腐、米 みそ（淡色辛みそ）、〇 生クリーム、油揚げ、米 みそ（甘みそ）、しらす 干し、かつお節	米、砂糖、〇無塩バ ター、〇小麦粉、〇砂糖	たまねぎ、もやし、にんじん、だ いこん、キャベツ、えのき、エリ ンギ、しめじ、にら、ピーマン、 ごま、コーン缶、いんげん	
12 土	バターロール 野菜スープ 豚肉のしょうが焼き 厚揚げチャンプルー フルーツ		リッツサンド 麦茶	おにぎり 麦茶	豚肉(もも)、生揚げ、 ベーコン、かつお節	ロールパン、ごま油、な たね油	たまねぎ、かぶ、もやし、キャバ ツ、えのきたけ、赤ピーマン、し めじ、ブロッコリー、コーン缶、 〇いちごジャム、しょうが	
14 月	御飯 みそ汁 鶏肉のみそ焼き じゃがいもの煮物 野菜の納豆和え フルーツ	せんべい 麦茶	ミニピザ風 牛乳	やきいも 麦茶	〇牛乳、鶏もも肉、〇豚 ひき肉、挽きわり納豆、 〇とろけるチーズ、米み そ（淡色辛みそ）、米み そ（甘みそ）、油揚げ、 しらす干し、かつお節	米、じゃがいも、〇ぎよ うざの皮、砂糖、〇砂糖	もやし、キャベツ、なす、たまね ぎ、かぶ、〇ホールトマト缶詰、 れんこん、〇にんじん、にんじ ん、しめじ、赤ピーマン、〇ピー マン、かぶ、えのき、コーン缶、 しょうが	
15 火	中華風どんぶり みそ汁 わかめとツナの炒め物 中華風春雨サラダ フルーツ	せんべい 麦茶	ドライカレー サンド 牛乳	塩昆布ごはん 麦茶	〇牛乳、豚肉(もも)、〇 豚ひき肉、焼き豚、米み そ（淡色辛みそ）、ツナ 水煮缶、凍り豆腐、油揚 げ	米、〇ロールパン、はる さめ、ごま油、砂糖、な たね油、片栗粉、〇砂糖	もやし、たまねぎ、にんじん、わ かめ、しめじ、赤ピーマン、か ぶ、きゅうり、チンゲンサイ、〇 ピーマン、れんこん、コーン缶、 〇にんじん、ごぼう、かぶ、ミニ トマト、えのき、いんげん	
16 水	御飯 みそ汁 さばのカレーマヨ焼き にんじんしりしり パイナップルきんとん フルーツ	せんべい 麦茶	チーズトースト 牛乳	おかかごはん 麦茶	〇牛乳、さば、ツナ水煮 缶、米みそ（淡色辛み そ）、〇粉チーズ、油揚 げ	米、さつまいも、〇食パ ン、砂糖、マヨネーズ、 〇マーガリン、ごま油、 なたね油	ハナナ、ハイン缶、もやし、にん じん、だいこん、キャベツ、たま ねぎ、にら、えのき、コーン缶、 しょうが	
17 木	ミートソーススパゲティ きゃべつのスープ 大根と鮭の煮物 野菜のコールスロー フルーツ	せんべい 麦茶	おくらの 炊き込みご飯 麦茶	けんちん汁 麦茶	豚ひき肉、さけ水煮缶 詰、ベーコン、しらす干 し	マカロニ・スパゲティ、 〇米、マヨネーズ、砂 糖、なたね油	だいこん、もやし、たまねぎ、 ホールトマト缶詰、にんじん、 キャベツ、〇オクラ、〇しめじ、 〇にんじん、しめじ、ピーマン、 えのき、ブロッコリー、コーン 缶、〇ひじき	
18 金	御飯 みそ汁 さんまのごま焼き 豚肉とじゃがいもの炒め物 桃のサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	ブラウニー 牛乳	ポトフ 麦茶	〇牛乳、さんま、〇木綿 豆腐、豚肉(もも)、米み そ（淡色辛みそ）、ハ ム、油揚げ、かつお節	米、じゃがいも、〇米 粉、〇砂糖、〇なたね 油、〇片栗粉、ごま油、 砂糖、なたね油	もやし、キャベツ、だいこん、も も缶、たまねぎ、ごま、にんじ ん、赤ピーマン、えのき、ごば う、ブロッコリー、コーン缶、に んにく、しょうが	
19 土	バターロール もやしのスープ ハーベキューチキン ポテトサラダ フルーツ		ジャムパン 麦茶	おにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、ツ ナ水煮缶	ロールパン、じゃがい も、マヨネーズ	たまねぎ、もやし、にんじん、だ いこん、ミニトマト、きゅうり、 えのき、りんご、コーン缶、ブ ロッコリー、にんにく	
24 木	御飯 みそ汁 鮭のクリームコーン焼き 切干大根の煮付け 大学芋 フルーツ	せんべい 麦茶	りんごケーキ 牛乳	マカロニ ナポリタン 麦茶	〇牛乳、さけ、〇卵、米 みそ（淡色辛みそ）、油 揚げ	米、さつまいも、〇無塩 バター、〇小麦粉、〇砂 糖、なたね油、砂糖、マ ヨネーズ	クリームコーン缶、〇りんご、た まねぎ、かぶ、にんじん、しめ じ、切り干しだいこん、ごぼう、 かぶ、えのき、いんげん	

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名		
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかかりにくくなる食べ物
25 金	御飯 みそ汁 豆腐バーグ さつまいもと鶏肉の煮物 もやしのナムル フルーツ	せんべい 麦茶	かぼちゃ ドーナツ 牛乳	大根の煮物 麦茶	○牛乳、豚ひき肉、○絹 ごし豆腐、木綿豆腐、鶏 もも肉、米みそ（淡色辛 みそ）、油揚げ	米、さつまいも、○ホッ トケーキ粉、○砂糖、な たね油、○なたね油、こ ま油、砂糖、○粉糖	もやし、たまねぎ、だいこん、 キャベツ、にんじん、赤ビーマ ン、しめじ、ピーマン、えのき、 ブロッコリー、コーン缶、ごま
26 土	バターロール 野菜スープ 豚肉のしょうが焼き 厚揚げチャンプルー フルーツ		リッツサンド 麦茶	おにぎり 麦茶	豚肉(もも)、生揚げ、 ベーコン、かつお節	ロールパン、ごま油、な たね油	たまねぎ、かぶ、もやし、キャベ ツ、えのき、赤ピーマン、しめ じ、ブロッコリー、コーン缶、○ いちごジャム、しょうが
28 月	御飯 みそ汁 鶏肉のみそ焼き じゃがいもの煮物 野菜の納豆和え フルーツ	せんべい 麦茶	ミニピザ風 牛乳	やきいも 麦茶	○牛乳、鶏もも肉、○豚 ひき肉、挽きわり納豆、 ○とろけるチーズ、米み そ（淡色辛みそ）、米み そ（甘みそ）、油揚げ、 しらす干し、かつお節	米、じゃがいも、○ぎょ うざの皮、砂糖、○砂糖	もやし、キャベツ、なす、たまね ぎ、かぶ、○ホールトマト缶詰、 れんこん、○にんじん、にんじ ん、しめじ、赤ピーマン、○ビー マン、かぶ、えのき、コーン缶、 しょうが
29 火	中華風どんぶり みそ汁 わかめとツナの炒め物 中華風春雨サラダ フルーツ	せんべい 麦茶	ドライカレー サンド 牛乳	塩昆布ごはん 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、○ 豚ひき肉、焼き豚、米み そ（淡色辛みそ）、ツナ 水煮缶、凍り豆腐、油揚 げ	米、○ロールパン、はる さめ、ごま油、砂糖、な たね油、片栗粉、○砂糖	もやし、たまねぎ、にんじん、わ かめ、しめじ、赤ピーマン、か ぶ、きゅうり、チンゲンサイ、○ ピーマン、れんこん、コーン缶、 ○にんじん、ごぼう、かぶ、ミニ トマト、えのき、いんげん
30 水	御飯 みそ汁 さばのカレーマヨ焼き にんじんしりしり パイナップルきんとん フルーツ	せんべい 麦茶	チーズトースト 牛乳	おかかごはん 麦茶	○牛乳、さば、ツナ水煮 缶、米みそ（淡色辛み そ）、○粉チーズ、油揚 げ	米、さつまいも、○食パ ン、砂糖、マヨネーズ、 ○マーガリン、ごま油、 なたね油	パイナップル、もやし、にんじん、だ いこん、キャベツ、たまねぎ、に ら、えのき、コーン缶、しょうが