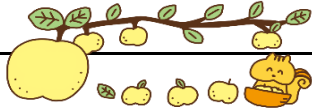


令和8年 9月 給食献立表

さくら保育園

曜日	朝おやつ	献立名	午後おやつ
1 火	バナナ	《防災食》 おにぎり ※アルファ米 (ひじきごはん・ごもくごはん)  けんちん汁(防災)	ハーベストorビスコ (防災食) スキムミルク (脱脂粉乳)
2 水	チーズ	さくらごはん(醤油・酒) 鮭ステーキ (まぐろ・酒・塩・こしょう) 小松菜のお浸し (小松菜・キャベツ・かつお節・醤油) 和風野菜スープ (人参・玉葱・キャベツ・葱・かつお節・醤油・かつおだし・さばだし)	カルピスグミ (カルピス・ゼラチン) カルシウムビスケット 麦茶
3 木	せんべい	ごはん 肉じゃが (豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・糸こんにゃく・いんげん・砂糖・みりん・醤油・酒) ほうれん草の和風サラダ (ほうれん草・人参・キャベツ・しらす・かつお節・醤油) しいたけのみそ汁 (しいたけ・人参・玉ねぎ・葱・醤油・みそ・かつおだし・さばだし)	バナナケーキ (バナナ・牛乳・卵・砂糖・ ホットケーキミックス・バター) 牛乳
4 金	飲むヨーグルト	食パン 塩チキンカツ (鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・塩) 胡麻マヨネーズ (キャベツ・人参・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・すりごま・醤油) 白はんぺんのスープ (白はんぺん・人参・わかめ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	しらすトースト (食パン・しらす・チーズ・青のり ・マヨネーズ) 麦茶
5 土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
7 月	せんべい	肉味噌うどん (うどん・玉ねぎ・人参・ピーマン・しいたけ・豚肉・鶏肉・みそ・赤みそ・にんにく ・しょうが・酒・砂糖・醤油・みりん・片栗粉) たたききゅうり(きゅうり・しお) 梨 	栗ようかん (栗の甘露煮・こしあん・粉寒天 砂糖・塩・水) 麦茶
8 火	ビスケット 牛乳	ごはん さばの味噌煮 (さば・みそ・砂糖・醤油・みりん・酒・しょうが) 白菜のおかか和え (白菜・キャベツ・油揚げ・かつお節・醤油) 玉ねぎのみそ汁 (玉ねぎ・人参・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	シュガートースト (食パン・バター・グラニュー糖) スキムミルク: 幼児ココア (脱脂粉乳)
9 水	チーズ	バターロール ハンバーグ (豚肉・人参・玉ねぎ・卵・パン粉・塩・ケチャップ) スパゲティサラダ (スパゲティ・人参・きゅうり・マヨネーズ) ほうれん草のスープ (ほうれん草・人参・玉ねぎ・葱・鶏ガラ)	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・砂糖・もも缶 ・みかん缶・バナナ) 
10 木	飲むヨーグルト	みそラーメン (ラーメン・なると・人参・玉ねぎ・豚肉・キャベツ・コーン・もやし・鶏ガラ・みそ・片栗粉) チーズかまぼこ バナナ	わらびもち風 (粉寒天・黄な粉・砂糖) 麦茶
11 金	バナナ	中華丼 (ごはん・豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・チンゲン菜・しいたけ・生姜・酒・醤油 中華だし・鶏ガラ・ごま油・片栗粉) かぼちゃサラダ (かぼちゃ・人参・コーン・ツナ・マヨネーズ・塩) 玉ねぎのスープ (玉ねぎ・わかめ・醤油・かつおだし・さばだし) 	抹茶クッキー (抹茶・小麦粉・卵・バター・砂糖) 牛乳
12 土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
14 月	ソーセージ	ごはん 鮭のみそマヨ焼き (鮭・酒・みりん・マヨネーズ・みそ) ほうれん草のサラダ (ほうれん草・キャベツ・人参・コーン・ハム・醤油・すりごま) しめじのみそ汁 (しめじ・人参・玉ねぎ・みそ・かつおだし・さばだし) 	黄な粉のお麩ラスク (黄な粉・麩・砂糖・バター) 牛乳
15 火	せんべい	ごはん ミートローフ (豚肉・鶏肉・人参・玉ねぎ・コーン・いんげん・卵・パン粉・ケチャップ・ソース・砂糖) スティックきゅうり(きゅうり・塩) 和風ポトフ (人参・じゃが芋・大根・こんにゃく・鶏肉・ベーコン・かつおだし・さばだし・塩)	フルーツゼリー和え (もも缶・みかん缶・パイン缶 ゼリーの素・ぶどう・砂糖・シロップ) 
16 水	ソーセージ	食パン ポテトグラタン (じゃが芋・玉葱・パプリカ・シーチキン・マカロニ・バター・牛乳・チーズ ・ホワイトソース・パン粉) インディアンサラダ(キャベツ・人参・きゅうり・竹輪・カレー粉・酢・砂糖・塩) 大根のスープ (大根・人参・えのき・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	さくさくあんパン (ホットケーキミックス・卵・バター・牛 乳・こしあん) 麦茶

17	木	ビスケット 牛乳	☆お誕生日会☆ ハヤシライス (ごはん・玉ねぎ・人参・じゃが芋・牛肉・ハヤシルウ) 竹輪のマリネ (ちくわ・玉ねぎ・人参・パセリ・砂糖・酢・塩) ミニトマト・ひとくちゼリー		フルーツサンド (食パン・生クリーム・砂糖・もも缶・みかん缶) 乳児…生クリームなし:ジャム
18	金	バナナ	ごはん アジの甘辛煮 (アジ・小麦粉・醤油・酒・みりん・砂糖) きんぴらごぼう (ごぼう・人参・れんこん・黒はんぺん・ごま・みりん・砂糖・醤油・ごま油) 小松菜のみそ汁 (小松菜・人参・油揚げ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)		アップルキャラットジュース マロンケーキ (ホットケーキミックス・栗の甘露煮・卵・バター・牛乳・ベーキングパウダー・砂糖)
19	土	希望保育			牛乳
21	月		☆敬老の日☆		ビスケット・野菜ジュース
22	火				
23	水		☆秋分の日☆		
24	木	せんべい	★わくわくデー★ サンドイッチ(ハム・マーガリン)・スタミナパン・コーンパン マグロのから揚げ(鶏肉・片栗粉・しょうが・にんにく・醤油・酒) ブチアメリカンドッグ ポテトサラダ(じゃがいも・人参・きゅうり・シーチキン・コーン・マヨネーズ) チーズ・梨・みかん缶・野菜orりんごジュース(乳児:野菜ジュース)		フルーチェ(いちご味・牛乳)
25	金	バナナ	鯉風味ごはん(ごはん・チーズ・かつお節・葱・醤油・酒) 鶏のさっぱり煮 (鶏肉・醤油・酢・みりん・砂糖・酒) ほうれん草のお浸し (ほうれん草・キャベツ・かつお節・醤油) けんちん汁 (大根・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・葱・ごま油・醤油・酒・みりん・かつおだし・さばだし)		カルシウムビスケット
26	土	希望保育			パピコ・せんべい 乳児:オレンジゼリー・せんべい
28	月	チーズ	ごはん 鮭の香りフライ (鮭・卵・小麦粉・パン粉・青のり・黒ごま) ばんさんすう (春雨・人参・ハム・きゅうり・卵・ごま・砂糖・醤油・酢・ごま油) わかめスープ (コーン・人参・わかめ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)		ビスケット・野菜ジュース
29	火	ヨーグルト	秋のカレーライス (ごはん・玉ねぎ・人参・しめじ・まいたけ・さつまいも・チーズ・りんご・豚肉・カレールウ) シーザーサラダ (キャベツ・きゅうり・トマト・ハム・粉チーズ・マヨネーズ・塩) 福神漬 乳児…たくあん		ビーフン炒め (人参・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・ビーフン・鶏肉・鶏ガラ・醤油・ごま油)
30	水	チーズ	食パン 厚揚げのポークナゲット (豚肉・厚揚げ・玉ねぎ・卵・小麦粉・ケチャップ・ソース・砂糖) 秋のコロコロサラダ (にんじん・さつまいも・コーン缶・ツナ・チーズ・マヨネーズ・醤油) 野菜スープ (人参・じゃが芋・オクラ・キャベツ・ベーコン・トマト缶・ケチャップ・コンソメ)		麦茶
					フルーツポンチ (もも缶・みかん缶・パイン缶・粉寒天・砂糖・シロップ)
					どら焼き (ホットケーキミックス・卵・はちみつ・牛乳・あんこ)
					牛乳

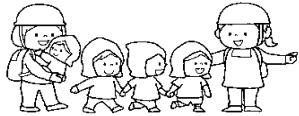
☐	除去はありません
☐	除去があります

ひよこ組のみチェックをお願いします

☆9月の1日当たりの平均栄養摂取量です☆

エネルギー (Kcal)	642
たんぱく質 (g)	546
脂質 (g)	25.1
Ga (mg)	21.8
Vc (g)	19.6
鉄分 (mg)	17.0
塩分 (g)	229
	224
	27
	22
	2.3
	1.9
	2.5
	2.2

× 切日
月 日



～ 防災の日 ～

9月1日は防災の日です。
非常食にはアルファ米、乾パン、ビスケットなどがあげられます。

皆さんは災害に備えて非常食を備蓄していますか？
1人当たり、最低3日分を用意しておく必要があります。
非常食は「非常用持ち出し袋」と「家に備蓄しておくもの」に分けておきましょう。

非常持ち出し袋 飲料水・・・500ml×2本程度
食料・・・エネルギー源となりたんぱく質を得られるもの。

家に備蓄しておくもの
飲料水・・・1日1人あたり3L
食料・・・1人あたり最低3日分(できれば1週間)
☆調理や加熱が不要ですぐ食べられるもの

消費期限の古いものから消費し消費した分をまた買い足す方法
ローリングストックがおすすめです！