



令和8年度 9月給食献立



若鮎こども園

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

栄養士:片山

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 火	虹いろごはん	鯖の味噌チーズ焼き れんこんの梅和え	すまし汁	米 虹色米 鯖 味噌 粉チーズ 卵なしマヨネーズ れんこん 胡瓜 人参 青じそドレッシング 梅肉 絹豆腐 玉葱 しめじ 三つ葉	マリービスケット 豆乳
2 水	虹いろごはん	豚肉のマーマレード焼き いんげんサラダ	えのきの味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 マーマレードジャム 人参 いんげん もやし ツナ 香りごまドレッシング えのき茸 油揚げ わかめ 味噌 土生姜	※フライビーンズ 豆乳
3 木	虹いろごはん	鯖の塩焼き ブロッコリーとじゃが芋のカレー炒め	白菜の味噌汁	米 虹色米 鯖 ブロッコリー じゃが芋 ベーコン カレー粉 白菜 人参 玉葱 青葱 味噌	アイスクリーム 豆乳
4 金	麦ごはん	牛肉と厚揚げの味噌炒め	すまし汁	米 押し麦 牛肉 厚揚げ キャベツ 人参 玉葱 味噌 花魁 三つ葉	※ふかし芋(さつま芋) 豆乳
5 土	パン・ジュース				
6 日					
7 月	ふりかけごはん	親子焼き れんこんとベーコンのマヨ炒め	キャベツの味噌汁	米 かつおふりかけ 卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 三つ葉 コーン れんこん ベーコン 卵なしマヨネーズ パセリ 青葱 キャベツ 味噌	ごまだれかりんとう 紫芋ふんわりせんべい 豆乳
8 火	虹いろごはん	鶏肉の梅じょうゆ焼き ほうれん草のごま和え	じゃが芋の味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 梅肉 ほうれん草 えのき茸 もやし すりごま じゃが芋 油揚げ わかめ 味噌	※メロンパン 豆乳
9 水	虹いろごはん	タラのお好み揚げ ブロッコリーのツナ和え	しめじの味噌汁	米 虹色米 タラ お好み焼き粉 青のり ブロッコリー お好み焼きソース 人参 ツナ しめじ 玉葱 青葱 味噌	唐芋まるぼうろ あげまる 豆乳
10 木	虹いろごはん	豚肉のケチャップソテー 小松菜サラダ	大根の味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 ケチャップ ウスターソース 小松菜 もやし 人参 コーン ベーコン 大根 油揚げ 和風ごまドレッシング 味噌 わかめ	※ジャムヨーグルト 豆乳
11 金	虹いろごはん	カレイのごまマヨ焼き ひじきの炒り煮	さつま芋の味噌汁	米 虹色米 カレイ すりごま 卵なしマヨネーズ 水煮大豆 ひじき 人参 油揚げ 干し椎茸 さつま芋 玉葱 青葱 味噌	カルシウム入りかぼちゃポーロ サラダおかき 豆乳
12 土	お弁当				
13 日					
14 月	虹いろごはん	鶏肉の照り焼き チンゲン菜のおかか和え	麩の味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 土生姜 人参 もやし チンゲン菜 花かつお おつゆ麩 玉葱 えのき茸 わかめ 味噌	ねじねじあられ すめめ 豆乳
15 火	わかめごはん	鯖のごま焼き キャベツのゆかり和え	里芋の味噌汁	米 炊き込みわかめ 鯖 いりごま キャベツ 人参 ゆかり 里芋 玉葱 油揚げ 青葱 味噌	※チーズトースト 豆乳
16 水	虹いろごはん	お肉屋さんのコロッケ 白菜ののり酢和え	赤だし	米 虹色米 コロッケ ウスターソース 白菜 人参 刻みのり なめこ 玉葱 わかめ 赤味噌	おやつパイキング 豆乳
17 木	虹いろごはん	鯖の味噌煮 きんぴらごぼう	すまし汁	米 虹色米 鯖 土生姜 味噌 ごぼう 人参 いりごま かまぼこ 玉葱 三つ葉	※さつま芋ケーキ 豆乳
18 金	ごはん	ハヤシライス マカロニサラダ		米 牛肉 玉葱 人参 トマト 水煮マッシュルーム グリーンピース ハヤシルウ マカロニ 胡瓜 ツナ 卵なしマヨネーズ	ごぼうせん きなこ餅 豆乳
19 土	パン・ジュース				
20 日					
21 月	敬老の日				
22 火	国民の休日				
23 水	秋分の日				
24 木	ごはん	ヒレカツ コーンサラダ	レタススープ	米 豚ヒレ肉 小麦粉 パン粉 卵 ウスターソース コーン キャベツ 人参 レタス 玉葱 ベーコン	※おはぎ お茶
25 金	ゆかりごはん	焼きししゃも 五目豆煮	南瓜の味噌汁	米 ゆかり ししゃも 水煮大豆 油揚げ 人参 南瓜 干し椎茸 玉葱 わかめ 味噌 こんにゃく	こんぶあられ かぼちゃクッキー 豆乳
26 土	パン・ジュース(運動会)				
27 日					
28 月	栗ごはん	豚肉の香味炒め 里芋のごま味噌あん	すまし汁	米 栗 豚肉 玉葱 人参 椎茸 土生姜 里芋 すりごま 白味噌 手まり麩 玉葱 わかめ	※お月見クッキー 豆乳
29 火	虹いろごはん	ピザ風オムレツ 切干し大根のカレーマヨ和え	オニオンスープ	米 虹色米 卵 ベーコン ピーマン 玉葱 チーズ 豆乳 ケチャップ 水煮マッシュルーム 切干し大根 胡瓜 ツナ カレー粉 卵なしマヨネーズ 人参 えのき茸 パセリ	なし 豆乳
30 水	虹いろごはん	鯖の甘辛竜田 キャベツの塩こぶ和え	豆乳味噌汁	米 虹色米 鯖 土生姜 キャベツ 人参 塩昆布 すりごま さつま芋 玉葱 油揚げ 青葱 豆乳 味噌	ケーキ(マロン) 豆乳

※は、手作りおやつです。

運動会のげんかつぎ献立

- 18日(金) ハヤシライス
- 24日(木) ヒレカツ
- 25日(金) 焼きししゃも

お月見献立 28日(月)

