

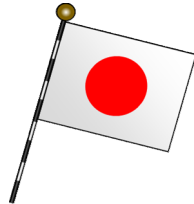
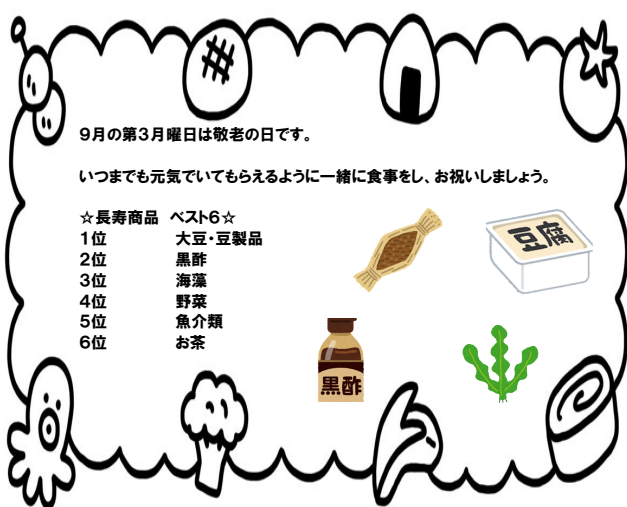
あおば保育園
2026年 9月 給食メニュー

♡ 給食室より ♡

9月になると虫の鳴く声とともに秋が近づいてきます。子どもたちは夏の疲れが出るころです。日中はまだまだ暑くても、朝晩は涼しくなっていますので、食事や体調管理に気をつけて、元気に秋を迎えましょう。



	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)
	ごはん カレイのバター醤油焼き 大根と鶏の煮物 肉すい チーズ	ロールパン グラタン ツナサラダ コンソメスープ フルーツ	ごはん 赤魚の照り焼き 小松菜のサラダ 豚汁 フルーツ	ごはん メンチカツ 切干大根の煮物 味噌汁 フルーツ	豚丼 コールスローサラダ 味噌汁 フルーツ
	米粉マフィン(手作り)・牛乳	マシュマロサンド(手作り)・牛乳	ビスコ・ハッピーターン・牛乳	ムーンライト・ほりほり小魚・牛乳	お菓子・牛乳
	米 45 カレイ 80 酒 3 みりん 3.4 しょうゆ 2 バター 2.6 大根 25 にんじん 10 鶏肉 15 砂糖 1 みりん 1 しょうゆ 2 だし 0.2 水 30 牛肉 15 白菜 20 にんじん 6 うす揚げ 5 青ねぎ 5 しょうゆ 2 みりん 4 砂糖 2 酒 2 だし 1 水 100 角チーズ 10 米粉マフィンミックス 14 たまご 5 バター 2.5 牛乳1L 4	ロールパン 60 たまねぎ 25 にんじん 5 ほうれん草 8 鶏肉 15 マカロニ 4 バター 1 ホワイトソース 30 牛乳1L 12 スチームミルク 4 ピザ用チーズ 5 ツナ 10 プロッコリー 25 にんじん 8 コーン 7 マヨネーズ 10 たまねぎ 1 コンソメ 10 水 100 フルーツ缶 30 クラッカー 4 マシュマロ 3.5	米 45 赤魚 80 しょうゆ 3 砂糖 3 みりん 1 酒 1 片栗粉 1 大根 35 小松菜 20 もやし 8 にんじん 10 鶏ささみ 7 ごまドレッシング 15 豚肉 15 大根 8 さつまいも 8 にんじん 8 ごぼう 5 うす揚げ 1.5 青ねぎ 3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	米 45 合挽ミンチ 35 たまねぎ 15 にんじん 8 木綿豆腐 10 たまご 6 塩 0.1 パン粉 5 なたね油 3 ソース 3 ケチャップ 2 切干大根 5 にんじん 5 うす揚げ 8 グリーンピース 4 さつまいも 1 大根 1 砂糖 1 みりん 1 しょうゆ 2 水 25 だし 0.2 小松菜 10 しめじ 10 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	米 50 豚肉 50 たまねぎ 40 しょうゆ 1.5 みりん 1.5 砂糖 1.5 インゲン 8 キャベツ 30 きゅうり 10 にんじん 10 ちりめん 4 ごま 1 和風ドレッシング 8 砂糖 0.5 大根 20 にんじん 10 わかめ 0.3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30
9月7日(月)	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)
チキンかつめし キャベツのごまじゃこサラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん ボークチャップ キャベツとコーンのサラダ 豆乳スープ フルーツ	ごはん 鶏のつくね ほうれん草のごま和え けんちん汁 フルーツ	ごはん 鰯の味噌煮 高野豆腐と鶏の煮物 そうめん汁 バナナ	カレーうどん 小松菜のじゃこ和え ボークシュウマイ ジョア	洋風ピラフ 和風サラダ コンソメスープ フルーツ
カルシウムせん・牛乳	ラスク(手作り)・牛乳	雪の宿・牛乳	量たべよ・牛乳	かつおおにぎり(手作り)・牛乳	お菓子・牛乳
米 50 鶏ささみ 50 小麦粉 8 パン粉 10 なたね油 6 デミグラスソース 20 ケチャップ 4 ソース 3 バター 2 キャベツ 40 きゅうり 10 ちりめん 4 ごま 1 和風ドレッシング 8 砂糖 0.5 大根 20 にんじん 10 わかめ 0.3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	米 45 豚肉 40 たまねぎ 25 しめじ 10 にんじん 5 ピーマン 5 ケチャップ 6 ウスターソース 1.5 砂糖 1.5 コンソメ 0.3 キャベツ 25 きゅうり 10 にんじん 10 コーン 8 和風ドレッシング 0.6 ほうれん草 10 たまねぎ 8 にんじん 5 水 60 コンソメ 0.96 コーンクリーム缶 16.8 しょうゆ 48 角チーズ 10 小山型パン 12.5 バター 4 砂糖 3	米 45 養ミンチ 40 木綿豆腐 20 たまねぎ 15 れんこん 5 干しひじき 0.5 片栗粉 3 白みそ 2 しょうゆ 1 砂糖 2 ほうれん草 45 にんじん 10 白ごま(すり) 10 白ごま(すり) 1.25 しょうゆ 0.75 水 15 木綿豆腐 8 大根 8 にんじん 5 ごぼう 3 糸こんにゃく 3 青ねぎ 3 しょうゆ 3 みりん 2 だし 0.7 水 100 フルーツ缶 30	米 45 さくら 20 オロシ生姜 0.8 味噌 8 みりん 2.5 しょうゆ 2 砂糖 2.5 水 50 高野豆腐 6 鶏肉 20 にんじん 10 インゲン 2 にんじん 3 しょうゆ 3 砂糖 1 酒 1 だし 0.4 水 40 そうめん 6 にんじん 3 干しひじき 0.1 青ねぎ 3 しょうゆ 0.75 みりん 0.75 塩 0.05 だし 0.75 水 100 バナナ 1/3本	うどん 150 鶏肉 20 たまねぎ 15 にんじん 8 しいたけ(生) 2.5 うす揚げ 1 グリーンピース 2 なたね油 1 カレー粉 8 だし 0.6 水 100 小松菜 35 もやし 25 にんじん 8 ちりめん 3 しょうゆ 1.2 みりん 1.2 だし 0.24 ボークシュウマイ 2コ ジョア 1本 米 25 めんつゆ(ストレート) 2 ごま油 0.5 かつお節 1	米 55 ウィンナー 15 たまねぎ 20 にんじん 5 ピーマン 5 コーン 5 コンソメ 1 バター 3 キャベツ 40 コーン 8 にんじん 8 和風ドレッシング 8 砂糖 0.3 たまねぎ 20 にんじん 8 しょうゆ 2 コンソメ 1 水 100 フルーツ缶 30
9月14日(月)	9月15日(火)	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)
ミートドリア ポイル野菜 コンソメスープ フルーツ	ごはん 肉じゃがコロッケ ひじきと竹輪の煮物 味噌汁 フルーツ	ビビンバ風丼 かぼちゃサラダ オムレツ 中華スープ フルーツ	ごはん カレイのムニエル ナポリタン 味噌汁 オレンジ	ごはん タンドリーチキン シーザーサラダ 味噌汁 チーズ	焼きそば 粉ふき芋 味噌汁 フルーツ
わらび餅(手作り)・牛乳	源氏パイ・牛乳	米粉ケーキ(手作り)・牛乳	マリー・ほりほり小魚・牛乳	ほたはた焼き・牛乳	お菓子・牛乳
米 50 牛ミンチ 30 たまねぎ 15 にんじん 8 なたね油 1 デミグラスソース 20 ケチャップ 7 ソース 3 粉チーズ 3 キャベツ 30 プロッコリー 15 コーン 5 ごまドレッシング 7 ほうれん草 10 たまねぎ 5 ウィンナー 5 コンソメ 1 水 100 フルーツ缶 30	米 45 じゃがいも 55 豚ミンチ 15 たまねぎ 15 にんじん 10 だし 0.2 砂糖 3 しょうゆ 3.5 みりん 2 パン粉 5 なたね油 3 干しひじき 1.5 ちくわ 12 にんじん 10 インゲン 8 しょうゆ 3 砂糖 1 みりん 1 水 15 木綿豆腐 15 キャベツ 10 わかめ 0.3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30 わらび餅粉 5 水 34 砂糖 7.5 きな粉 10	米 45 コーン 3.5 小松菜 15 もやし 8 にんじん 5 合挽ミンチ 4 オロシ生姜 1.5 砂糖 0.3 しょうゆ 2 ごま 0.5 ごま油 0.5 かぼちゃ 40 きゅうり 20 たまねぎ 15 マヨネーズ 8 オムレツ 3 ケチャップ 30 たまねぎ 20 わかめ 0.3 ごま 1 鶏ガラスープ 1 水 100 フルーツ缶 30 米粉ケーキの素 15 たまご 10 水 3	米 45 カレイ 80 小麦粉 1 砂糖 3 バター 3 タルタルソース 5 スバグティ 15 ウィンナー 10 たまねぎ 8 ピーマン 2 にんじん 2.5 なたね油 1 ケチャップ 4.7 ウスターソース 1.3 粉チーズ 1 小松菜 10 えのき 10 うす揚げ 1.5 味噌 6 水 100 オレンジ 1/6コ	米 45 鶏肉 80 カレー粉 1 プレーンヨーグルト 2.25 キャベツ 35 コーン 5 にんじん 5 ベーコン(豚) 3.5 マヨネーズ 5 粉チーズ 1.5 厚揚げ 15 たまねぎ 10 青ねぎ 3 味噌 6 水 100 角チーズ 10	中華めん 80 ウィンナー 20 ちくわ 8 キャベツ 20 もやし 10 にんじん 5 ピーマン 5 焼きそばソース 5 なたね油 1 じゃがいも 65 塩 0.1 厚揚げ 10 えのき 8 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30

9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)												
敬老の日	国民の休日	秋分の日	ごはん ハンバーグ 春雨サラダ コーンスープ フルーツ	肉うどん 小松菜のお浸し ちくわの磯辺揚げ ジョア	キーマカレー キャベツとコーンのサラダ フルーツ												
			パパロア(手作り)・牛乳 米 45 合挽ミンチ 30 たまねぎ 15 木綿豆腐 10 たまご 6 ハン粉 5 牛乳1L 6 塩 0.1 ソース 3 ケチャップ 2 春雨 6 キャベツ 10 にんじん 8 きゅうり 10 ハム 5 マヨネーズ 5 コーンクリーム(粉末) 10 牛乳1L 10 水 90 スキムミルク 3 フルーツ缶 30 パパロリア 10 牛乳1L 20	おはぎ(手作り)・牛乳 うどん 150 牛肉 25 たまねぎ 15 しめじ 5 青ねぎ 3 しょうゆ 2 みりん 4 砂糖 2 酒 2 だし 1 水 100 小松菜 40 にんじん 15 うす揚げ 8 かつお節 0.45 しょうゆ 1.5 みりん 3 ちくわ 3/4 天ぷら粉 5.5 唐のり 0.3 なたね油 1.6 水 8 ジョア 1本 米 20 きな粉 2.5 砂糖 2.5	お菓子・牛乳 米 50 豚ミンチ 35 たまねぎ 30 にんじん 8 グリーンピース 3 オロシにんにく 0.3 オロシ生姜 0.5 なたね油 1 カレールウ 10 トマト缶 10 キャベツ 40 きゅうり 10 コーン 8 和風ドレッシング 8 砂糖 0.6 フルーツ缶 30												
9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)	 9月の第3月曜日は敬老の日です。 いつまでも元気でいてもらえるように一緒に食事をし、お祝いしましょう。 ★長寿商品 ベスト6★ <table><tr><td>1位</td><td>大豆・豆製品</td></tr><tr><td>2位</td><td>黒酢</td></tr><tr><td>3位</td><td>海藻</td></tr><tr><td>4位</td><td>野菜</td></tr><tr><td>5位</td><td>魚介類</td></tr><tr><td>6位</td><td>お茶</td></tr></table>			1位	大豆・豆製品	2位	黒酢	3位	海藻	4位	野菜	5位	魚介類	6位	お茶
1位	大豆・豆製品																
2位	黒酢																
3位	海藻																
4位	野菜																
5位	魚介類																
6位	お茶																
ハヤシライス ブロッコリーのサラダ フルーツヨーグルト ホームバイ・牛乳 米 50 牛肉 30 たまねぎ 45 にんじん 10 グリーンピース 3 ケチャップ 3 ハヤシルウ 12 なたね油 2 ブロッコリー 20 にんじん 8 コーン 5 ツナ 10 酢 2 砂糖 1.5 しょうゆ 1 こま油 0.5 フルーツ缶 8 もも缶 8 フルーツ缶 8 プレーンヨーグルト 40 砂糖 2	ごはん 春雨と炒り卵の炒め物 マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ ビスコ・ばかうけ・牛乳 米 45 春雨 3 たまご 10 豚肉 15 ビーマン 3 キャベツ 15 たまねぎ 10 にんじん 5 鶏ガラスープ 0.5 しょうゆ 1.1 砂糖 0.4 オロシ生姜 0.5 なたね油 1 マカロニ 8 きゅうり 12 にんじん 10 ツナ 10 コーン 5 マヨネーズ 5 厚揚げ 15 にんじん 10 わかめ 0.1 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	ごはん チキン南蛮 さつまいものサラダ 味噌汁 チーズ おにぎりせんべい・牛乳 米 45 鶏肉 60 片栗粉 8 なたね油 3 砂糖 2.7 酢 1.88 しょうゆ 1.8 さつまいも 50 きゅうり 8 にんじん 8 コーン 5 マヨネーズ 5 小松菜 20 にんじん 10 味噌 6 水 100 角チーズ 10															

※都合により変更することがあります。お菓子は年齢に応じたものを用意しています。

※献立にご家庭で食べていないものがありましたら、それまでに家庭内で普通量3回以上食べてみてください。

※フルーツは、みかん缶、パイン缶を予定しています。

※3時のおやつは手作りおやつ以外の日は、クッキーやせんべい等になります。年齢に応じたものを用意しています。

(ぼりぼり小魚・ばかうけ・ハッピーターンは、3歳児以上に提供します。)

※3時のおやつに牛乳が付きます。

※お夜食 午後6時00分 パン(黒糖/パン等) 約80kcalを予定していますが、都合により変更になる場合があります。

☆給食で使用するアレルギー食材について☆

マヨネーズ・・・(卵使用)
 ごまドレッシング・・・(卵使用)
 平天・・・(卵使用)
 バター・・・(乳使用)
 鶏ガラ・中華だし・・・(乳使用)
 ホワイトソース・・・(乳使用)
 スキムミルク・・・(乳使用)
 コーンクリーム(粉末)・・・(乳使用)
 プリンミックス・・・(乳使用)

コールスロートレッシング・・・(卵使用)
 かにかまぼこ...(卵使用)・甲殻類入り
 ハム・ベーコン・・・(卵・乳使用)

タルタルソース・・・(卵使用)
 オムレツ・・・(卵使用)
 ロールパン・食パン・・・(乳使用)
 米粉ケーキの素・・・(乳使用)
 ババロリア...(乳使用)

シチュールウ・カレールウ・ハヤシルウ・・・(乳使用)