

9月の予定献立表（未満児）



日 ノ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄養価	日 ノ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
01 (土)	豚肉の丼ぶり みそ汁 いんげんなめだけあえ	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、豆腐、凍り豆腐	いんげん、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、えのき、ねぎ	牛乳 じゃがいももち	エネルギー 532 kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 18.1 g 食塩 2.3 g	19 (水)	ごはん みそ汁 鶏肉のレモン焼き ピーマンのソテー	米、ピーマン	牛乳、鶏肉、凍り豆腐、たご	なす、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、コーン、レモン	牛乳クラッカー ほうじ茶 たご焼き	エネルギー 462 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 16.7 g 食塩 2.3 g
03 (月)	ごはん 豚汁 さばの香味焼き きんぴらごぼう	米、マカロニ、こんにゃく	牛乳、さば、油揚げ、豚肉、きな粉	ごぼう、にんじん、ピーマン、ねぎ、だいこん	牛乳 ウエハース 牛乳 マカロニきな粉	エネルギー 544 kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 21.2 g 食塩 1.4 g	20 (木)	煎餅パン 秋鮭シチュー 小松菜のサラダ ぶどう	パン、じゃがいも	牛乳、鮭、ベーコン	ぶどう、たまねぎ、ごぼう、もやし、にんじん、しめじ、ブロッコリー	牛乳ビスケット 牛乳 クッキー	エネルギー 548 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 24.7 g 食塩 1.6 g
04 (火)	ごはん みそ汁 豚肉のしょうが焼き 小松菜のちくわあえ	米、さつまいも	牛乳、豚肉、油揚げ、ちくわ	ごまつな、なす、たまねぎ、にんじん	牛乳 せんべい ジュース スイートポテト	エネルギー 496 kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 16.6 g 食塩 1.6 g	21 (金)	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 ひじきと人参の煮物	米	牛乳、豆腐、豚肉	にんじん、ねぎ、ひじき、いんげん、れんこん、グリーンピース、しいたけ、きくらげ、たまねぎ、チンゲンサイ	牛乳ビスコ 牛乳 ドーナツ	エネルギー 482 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 19.0 g 食塩 1.9 g
05 (水)	ハヤシライス わかめスープ マカロニサラダ	米、マカロニ	牛乳、豆乳、ヨーグルト、豚肉、豆腐、ハム	たまねぎ、にんじん、もも、みかん、バナナ、きゅうり、ねぎ、コーン、グリーンピース、わかめ	牛乳 クラッカー 豆乳 フルーツヨーグルト	エネルギー 579 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 22.8 g 食塩 2.3 g	22 (土)	鮭ピラフ ハムときのこのスープ ブロッコリーのおかかあえ	米	牛乳、鮭、ハム、ベーコン、チーズ	ブロッコリー、にんじん、ほうれんそう、コーン、えのきだけ、グリーンピース	牛乳 せんべい 牛乳 ボンデケーキ	エネルギー 464 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 17.7 g 食塩 1.8 g
06 (木)	ごはん すまし汁 たらの塩麹焼き いんげんのごまあえ	米、焼豆	牛乳、かまぼこ、たら	いんげん、ほうれんそう、えのきだけ、にんじん、ねぎ	牛乳ビスケット 牛乳 パウムクーヘン	エネルギー 495 kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 17.0 g 食塩 1.6 g	24 (月)	秋分の日振替休日					
07 (金)	食パン 野菜スープ ポテトコロッケ ほうれん草のソテー	パン、じゃがいも	牛乳、豚肉	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、オクラ、コーン、ピーマン	牛乳ビスコ 牛乳 ぶどうゼリー	エネルギー 478 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 17.7 g 食塩 1.8 g	25 (火)	ごはん みそ汁 鮭の西京焼き 根菜の煮物	米	牛乳、さけ、豆腐、豚肉、きな粉	にんじん、しめじ、れんこん、ごぼう、いんげん、ねぎ	牛乳 せんべい 牛乳 豆腐だんご	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 15.0 g 食塩 1.7 g
08 (土)	ハムピラフ コンソメスープ 小松菜の磯あえ	米	牛乳、ハム、ウィンナー	ごまつな、たまねぎ、にんじん、のり、こんぶ	牛乳 せんべい ほうじ茶 塩昆布おにぎり	エネルギー 425 kcal たんぱく質 12.3 g 脂質 11.3 g 食塩 1.8 g	26 (水)	ごはん コンソメスープ 肉団子の甘酢あん 小松菜ともやしのあえ物	米、じゃがいも	牛乳、卵、豚肉	ごまつな、もやし、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン	牛乳クラッカー 牛乳 プリン	エネルギー 512 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 19.7 g 食塩 1.4 g
10 (月)	ごはん ズッキーニのスープ 鮭ハンバーグ キャベツの炒め煮	米、しらたき	牛乳、油揚げ、鮭	キャベツ、ズッキーニ、にんじん、たまねぎ	牛乳 ウエハース 牛乳 源氏パイ	エネルギー 509 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 24.4 g 食塩 1.7 g	27 (木)	ごはん 春雨スープ メンチカツ ほうれん草とコーンのごま酢あえ	米、はるさめ、パン	牛乳、豆乳、卵、豚肉	ほうれんそう、もやし、チンゲンサイ、コーン、にんじん、キャベツ	牛乳ビスケット 豆乳 クリームぱん	エネルギー 525 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 16.5 g 食塩 1.8 g
11 (火)	栗五目御飯 みそ汁 チキンステーキ もやしのナムル	米、こんにゃく、くり	牛乳、鶏肉、ハム	もやし、みかん、パイナップル、たまねぎ、ごぼう、ピーマン、ねぎ、にんじん、いんげん、しいたけ	牛乳 せんべい 牛乳 カラフルゼリー	エネルギー 439 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 12.8 g 食塩 2.3 g	28 (金)	ごはん みそ汁 鶏肉のごまみそ焼 れんこんのきんぴら	米	牛乳、鶏肉、豆腐、豚肉	なし、れんこん、いちご、にんじん、いんげん、わかめ	牛乳ビスコ 野菜ジュース ブルーチェ	エネルギー 519 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 14.3 g 食塩 1.9 g
12 (水)	ごはん すまし汁 かれの照り焼き ブロッコリーのあえもの	米、バナナ	牛乳、かれい、かまぼこ、豆腐、鶏肉	バナナ、ブロッコリー、ごまつな、にんじん、えのきだけ	牛乳 クラッカー ほうじ茶 チキンナゲット	エネルギー 405 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 10.9 g 食塩 1.7 g	29 (土)	運動会					
13 (木)	ごはん みそ汁 五目卵焼き ほうれん草とコーンの炒め物	米、コーンフレーク	牛乳、卵、ベーコン、油揚げ	ほうれんそう、なす、コーン、たまねぎ、ひじき、にんじん、ねぎ	牛乳ビスケット 牛乳 コーンフレーク	エネルギー 544 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 18.6 g 食塩 2.2 g							
14 (金)	ごはん なめこ汁 豚肉と野菜の炒め物 かぼちゃのサラダ	米、食パン	牛乳、豚肉	かぼちゃ、なめこ、ごまつな、きゅうり、ピーマン、ねぎ、にんじん、コーン、たまねぎ	牛乳ビスコ 牛乳 シュガートースト	エネルギー 568 kcal たんぱく質 18.9 g 脂質 22.3 g 食塩 1.7 g							
15 (土)	ミートソースパグティ 野菜スープ ツナコーンサラダ	さつまいも、スバグティ	牛乳、豚肉、ウィンナー、ツナ	たまねぎ、オクラ、にんじん、トマト、コーン、だいこん、いんげん	牛乳 せんべい 牛乳 大学芋	エネルギー 583 kcal たんぱく質 22.9 g 脂質 24.3 g 食塩 1.7 g	食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更があった際は追って連絡いたします。 9月11日は誕生日会です。						
17 (月)	敬老の日												
18 (火)	ごはん みそ汁 かじきの煮つけ 切干大根の炒り煮	米	牛乳、かじき、豆腐、油揚げ、ヨーグルト	たまねぎ、ごまつな、だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ	牛乳 せんべい ほうじ茶 ヨーグルト せんべい	エネルギー 464 kcal たんぱく質 17.5 g 脂質 14.2 g 食塩 1.8 g							



KAEDE HOIKUEN
 MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
 CRESCENDREAMS



9月の予定献立表（以上児）



日 ノ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	日 ノ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
01 （土）	豚肉の丼ぶり みそ汁 いんげんなめだけあえ	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、豆腐、凍り豆腐	いんげん、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、えのき、ねぎ	牛乳 じゃがいももち	エネルギー 564 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 16.5 g 食 塩 2.6 g	19 （水）	ごはん みそ汁 鶏肉のレモン焼き ピーマンのソテー	米、ピーマン	鶏肉、凍り豆腐、たご	なす、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、コーン、レモン	ほうじ茶 たご焼き	エネルギー 506 kcal たんぱく質 24.4 g 脂 質 15.4 g 食 塩 2.5 g
03 （月）	ごはん 豚汁 さばの香味焼き きんぴらごぼろ	米、マカロニ、こんにゃく	牛乳、さば、油揚げ、豚肉、きな粉	ごぼう、にんじん、ピーマン、ねぎ、だいこん	牛乳 マカロニきな粉	エネルギー 606 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 21.6 g 食 塩 1.8 g	20 （木）	煎餅パン 秋鮭シチュー 小松菜のサラダ ぶどう	パン、じゃがいも	牛乳、鮭、ベーコン	ぶどう、たまねぎ、なまつな、もやし、にんじん、しめじ、ブロッコリー	牛乳 クッキー	エネルギー 596 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 24.5 g 食 塩 2.1 g
04 （火）	ごはん みそ汁 豚肉のしょうが焼き 小松菜のちくわあえ	米	豚肉、油揚げ、ちくわ、卵	ごまつな、なす、たまねぎ、にんじん	ジュース クレンジングケーキ	エネルギー 626 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 21.1 g 食 塩 1.9 g	21 （金）	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 ひじきと人参の煮物	米	牛乳、豆腐、豚肉	にんじん、ねぎ、ひじき、いんげん、れんこん、グリーンピース、しいたけ、きくらげ、たまねぎ、チンゲンサイ	牛乳 ドーナツ	エネルギー 508 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 18.0 g 食 塩 2.4 g
05 （水）	ハヤシライス わかめスープ マカロニサラダ	米、マカロニ	豆乳、ヨーグルト、豚肉、豆腐、ハム	たまねぎ、にんじん、もも、あかん、バナナ、きゅうり、ねぎ、コーン、グリーンピース、わかめ	豆乳 フルーツヨーグルト	エネルギー 611 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 23.3 g 食 塩 2.8 g	22 （土）	鮭ピラフ ハムときのこのスープ ブロッコリーのおかかあえ	米	牛乳、鮭、ハム、ベーコン、チーズ	ブロッコリー、にんじん、ほうれんそう、コーン、えのきたけ、グリーンピース	牛乳 ボンデケーキ	エネルギー 481 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 20.7 g 食 塩 2.0 g
06 （木）	ごはん すまし汁 たらの塩麹焼き いんげんのごまあえ	米、焼豆	牛乳、たら かまぼこ	いんげん、ほうれんそう、えのきたけ、にんじん、ねぎ	牛乳 ハウムクーヘン	エネルギー 520 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 13.0 g 食 塩 1.9 g	24 （月）	秋分の日振替休日					
07 （金）	食パン 野菜スープ ポテトコロッケ ほうれん草のソテー	パン、じゃがいも	牛乳、豚肉	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、オクラ、コーン、ピーマン	牛乳 ぶどうゼリー 小魚アーモンド	エネルギー 572 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 22.6 g 食 塩 2.5 g	25 （火）	ごはん みそ汁 鮭の西京焼き 根菜の煮物	米	牛乳、さけ、豆腐、豚肉、きな粉	にんじん、しめじ、れんこん、ごぼう、いんげん、ねぎ	牛乳 豆腐だんご	エネルギー 560 kcal たんぱく質 27.0 g 脂 質 14.1 g 食 塩 2.3 g
08 （土）	ハムピラフ コンソメスープ 小松菜の磯あえ	米	ハム、ウインナー	ごまつな、たまねぎ、にんじん、コーン、グリーンピース、のり、こんにゃく	ほうじ茶 塩昆布おにぎり	エネルギー 487 kcal たんぱく質 11.6 g 脂 質 7.6 g 食 塩 2.0 g	26 （水）	ごはん コンソメスープ 肉団子の甘酢あん 小松菜ともやしのあえ物	米、じゃがいも	牛乳、卵、豚肉	ごまつな、もやし、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン	牛乳 プリン	エネルギー 547 kcal たんぱく質 15.0 g 脂 質 18.7 g 食 塩 1.8 g
10 （月）	ごはん ズッキーニのスープ 鮭ハンバーグ キャベツの炒め煮	米、しらたき	牛乳、油揚げ、鮭	じゃべつ、ズッキーニ、にんじん、たまねぎ	牛乳 源氏パイ	エネルギー 560 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 22.6 g 食 塩 2.2 g	27 （木）	ごはん 春雨スープ メンチカツ ほうれん草とコーンのごま酢あえ	米、はるさめ、パン	豆乳、卵、豚肉	ほうれんそう、もやし、チンゲンサイ、コーン、にんじん、キャベツ	豆乳 クリームぱん	エネルギー 548 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 14.2 g 食 塩 2.2 g
11 （火）	栗五目御飯 みそ汁 チキンステーキ もやしのナムル	米、こんにゃく、くり	牛乳、鶏肉、ハム	もやし、あかん、パイナップル、たまねぎ、ごぼう、にんじん、しめじ、わかめ、いんげん、しいたけ	牛乳 カラフルゼリー	エネルギー 496 kcal たんぱく質 23.5 g 脂 質 10.9 g 食 塩 2.9 g	28 （金）	ごはん みそ汁 鶏肉のごまみそ焼 れんこんのきんぴら	米	牛乳、鶏肉、豆腐、豚肉	なし、れんこん、いちご、にんじん、いんげん、わかめ	野菜ジュース ブルーチェ	エネルギー 531 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 12.0 g 食 塩 2.3 g
12 （水）	ごはん すまし汁 かれいの照り焼き ブロッコリーのあえもの	米、バナナ	かれい、かまぼこ、豆腐、鶏肉	バナナ、ブロッコリー、ごまつな、にんじん、えのきたけ	ほうじ茶 チキンナゲット	エネルギー 489 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 8.9 g 食 塩 2.2 g	29 （土）	運動会					
13 （木）	ごはん みそ汁 五目卵焼き ほうれん草とコーンの炒め物	米、コーンフレーク	牛乳、卵、ベーコン、油揚げ	ほうれんそう、なす、コーン、たまねぎ、ひじき、にんじん、ねぎ	牛乳 コーンフレーク	エネルギー 573 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 17.2 g 食 塩 2.5 g							
14 （金）	ごはん なめこ汁 豚肉と野菜の炒め物 かぼちゃのサラダ	米、パン	牛乳、豚肉	かぼちゃ、なめこ、ごまつな、きゅうり、ピーマン、ねぎ、にんじん、コーン、たまねぎ	牛乳 シュガートースト	エネルギー 602 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 22.2 g 食 塩 2.1 g							
15 （土）	ミートスバグティ 野菜スープ ツナコーンサラダ	さつまもち、スバグティ	牛乳、豚肉、ウインナー、ツナ	たまねぎ、オクラ、にんじん、トマト、コーン、だいこん、いんげん	牛乳 大学芋	エネルギー 630 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 24.7 g 食 塩 2.0 g							
17 （月）	敬老の日												
18 （火）	ごはん みそ汁 かじきの煮つけ 切干大根の炒り煮	米	かじき、豆腐、油揚げ、ヨーグルト	たまねぎ、ごまつな、だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ	ほうじ茶 ヨーグルト せんべい	エネルギー 488 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 10.5 g 食 塩 2.2 g							

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更があった際は追って連絡いたします。
9月11日は誕生日会です。

