



令和8年 9月分献立表

新座市保育園

日	曜	献立名			主 食 品 名		
		1, 2歳 午前おやつ	昼食	午後おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を 整えるもの
1	15	火 牛乳 ビスケット	豚丼 のりあえ すまし汁	牛乳 リンゴ入り米粉の豆乳ケーキ	ビスケット, 胚芽精米, しらたき, 三温糖, 米粉 パウダー, サラダ油	牛乳, 豚こま肉, きざみ のり, 煮干し(だし), 調 製豆乳	玉ねぎ, えのき, 長ね ぎ, キャベツ, 人参, 小 松菜, りんご
2	16	水 牛乳 せんべい	かき揚げうどん かぼちゃの甘煮 トマト	麦茶 ひじきごはん	せんべい, うどん, ホー ルコーン, 薄力粉, サラ ダ油, 三温糖, 胚芽精米	牛乳, ちりめんじゃこ, 煮干し(だし), こんぶ (だし), 芽ひじき, 鶏こ ま肉, 油揚げ	玉ねぎ, 人参, ビーマ ン, 小松菜, 長ねぎ, か ぼちゃ, トマト, ごぼう
3	17	木 飲むヨーグルト クラッカー	ごはん 焼きししゃも 切干し大根の煮物 スティックきゅうり 豚汁風汁物 	牛乳 なすのミートパゲッティ	クラッカー, 胚芽精米, 三温糖, じゃがいも, 糸 こんにゃく, スパゲッ ティ, サラダ油	飲むヨーグルト, ししゃ も, さつま揚げ, 煮干し (だし), 豚こま肉, 木綿 豆腐, みそ, 牛乳, 豚ひ き肉	切干しだいこん, 人参, 干し椎茸, きゅうり, キャベツ, 玉ねぎ, な す, トマトピューレ
4	18	金 牛乳 ビスケット	ごはん 野菜たっぷり夏マーボー きゅうりとキャベツのしそあえ 中華スープ	牛乳 しらすトースト	ビスケット, 胚芽精米, ごま油, 三温糖, 片栗 粉, 食パン, マネータイ ドレッシング	牛乳, 木綿豆腐, 豚ひき 肉, みそ, ベーコン, 煮 干し(だし), しらす干 し, 青のり	玉ねぎ, なす, トマト, ビーマン, にんにく, しょうが, きゅうり, キャベツ, しそふりかけ (ゆかり), ぶなしめ じ, 小松菜, 人参
5	19	土 牛乳 せんべい	スパゲッティナポリタン 人参スープ トマト	牛乳 まるパン なし	せんべい, スパゲッ ティ, サラダ油, じゃが いも, パン	牛乳, 豚こま肉, 粉チー ズ, ベーコン, 煮干し (だし)	人参, 玉ねぎ, ビーマ ン, ぶなしめじ, トマ ト, なし
7	月	牛乳 ビスケット	ごはん ミルクカレー 人参ドレッシングサラダ	ぶどうゼリー ポップコーン なし	ビスケット, 胚芽精米, じゃがいも, クリーム コーン缶, 薄力粉, パ ター, サラダ油, ホール コーン, 三温糖, ぽ ップコーン用コーン	牛乳, 豚こま肉, アガー	人参, 玉ねぎ, にんに く, しょうが, きゅう り, キャベツ, ぶどう ジュース, なし
8	29	火 牛乳 せんべい	ごはん 和風チキンローフ おかかあえ さつま汁	牛乳 マーガリンジャムサンド	せんべい, 胚芽精米, 片 栗粉, サラダ油, 三温 糖, さつまいも, 食パ ン, マーガリン, いちご ジャム	牛乳, 鶏ひき肉, 木綿豆 腐, 粉末かつお節, 鶏こ ま肉, 煮干し(だし), み そ	玉ねぎ, キャベツ, 小松 菜, 人参, ごぼう, 大根
9	30	水 ヨーグルト	ごはん 豚肉の生姜焼き 浅漬け すまし汁	牛乳 豆腐パン	胚芽精米, サラダ油, 片 栗粉, 薄力粉, 三温糖, バター	ヨーグルト, 豚こま肉, 木綿豆腐, 煮干し(だ し), 牛乳, 絹ごし豆腐	玉ねぎ, しょうが, キャ ベツ, きゅうり, 人参, 白菜, 小松菜
10	24	木 牛乳 ビスケット	冷やし中華 さつまいもの甘煮 トマト	【秋のお彼岸献立】 麦茶 10日すりごまおはぎ 24日きなこおはぎ	ビスケット, 蒸し中華め ん, 白いりごま, 三温 糖, ごま油, さつまい も, もち米, 胚芽精米, 黒すりごま	牛乳, ロースハム, きざ みのり, きな粉	緑豆もやし, きゅうり, 人参, トマト
11	25	金 りんごジュース チーズ	ごはん さばのカレームニエル フレンチサラダ きのこスープ	【お月見献立】 牛乳 かぼちゃもち	胚芽精米, 薄力粉, パ ター, ホールコーン, サ ラダ油, 片栗粉, 三温糖	チーズ, さば, ベーコ ン, 煮干し(だし), 牛乳	りんごジュース, キャベ ツ, きゅうり, えのき, ぶなしめじ, 玉ねぎ, パ セリ, かぼちゃ
12	26	土 牛乳 せんべい	しめじごはん 浅漬け みそ汁	牛乳 まるパン なし	せんべい, 胚芽精米, パ ン	牛乳, 鶏こま肉, 油揚 げ, 木綿豆腐, 煮干し (だし), みそ	人参, ごぼう, ぶなしめ じ, きゅうり, かぶ, か ぶ葉, 玉ねぎ, 小松菜, なし
14	28	月 牛乳 ビスケット	ごはん コロケ ボイルキャベツ トマト 小松菜のスープ	牛乳 フランクフルト	ビスケット, 胚芽精米, 乾燥マッシュポテト, 薄 力粉, パン粉, サラダ油	牛乳, 豚ひき肉, 豆乳, ベーコン, 煮干し(だ し), こんぶ(だし), フ ランク	玉ねぎ, 人参, キャベ ツ, トマト, 小松菜
お誕生会		牛乳 せんべい	鮭ちらし 鶏肉の照り焼き おひたし すまし汁 なし	フルーツ寒天 ビスケット ビスケット (幼児のみ)	せんべい, 胚芽精米, 白 いりごま, サラダ油, 三 温糖, ビスケット	牛乳, 塩ざけ, たまご, 鶏もも肉, 木綿豆腐, は んぺん, 煮干し(だし), 粉寒天	きゅうり, キャベツ, 小 松菜, 人参, 白菜, えの き, なし, みかん缶, も も缶, パイン缶

※都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください。

毎月19日は食育の日です。

「早寝早起きみんなで毎日朝ごはん」をすすめています。

まずは、簡単・手軽なもので毎日続けましょう。

※3・17(木)の豚汁風汁物は
西郷保育園のひまわり組さんが
考えてくれたゾウ!
くわしくは給食だよりをみてね!



月間平均栄養摂取量	1・2歳児	3歳児以上
※日本食品標準成分表2020年版(八訂) に基づく栄養計算	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
	514 19.4	568 21.3