



令和8年度 9月 献立表

新町保育園



日 曜	献立名	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	エネルギー表示 (4歳児)	6:15 おやつ
1 火	天然酵母の牛乳パン ミートマカロニグラタン フレンチサラダ オニオンスープ バナナ	牛乳 * ひじきおにぎり	米 砂糖 油 マカロニ パター 薄力粉 牛乳パン	牛乳 豚挽き肉 チーズ ロースハム ひじき 油揚げ	玉葱 にんじん ピーマン にんにく トマトの水煮 パセリ キャベツ きゅうり えのき茸 バナナ	エネルギー 578 kcal タンパク質 20.3 g 脂質 18.6 g 塩分 2.4 g	麦茶 せんべい
2 水	スタミナ丼 春雨サラダ わかめスープ なし	牛乳 * どちらもち	米 砂糖 油 はるさめ 団子粉	牛乳 豚もも肉 ロースハム わかめ あんこ たまご	玉ねぎ ニラ にんにく キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ 玉ねぎ なし	エネルギー 587 kcal タンパク質 22 g 脂質 16.5 g 塩分 1.5 g	麦茶 クッキー
3 木	五目うどん ちくわの磯部揚げ キャベツのしらす和え バナナ	牛乳 (星2・花組) * なめたけおむすび 災害用豚汁 (雪・月組) * なめたけおむすび	米 砂糖 油 うどん 白ごま (里芋)	牛乳 かまぼこ 豚もも肉 焼きちくわ 青のり しらす ツナ (油揚げ 豚肉)	長ねぎ にんじん 玉ねぎ しめじ キャベツ きゅうり バナナ なめたけ (人参 ごぼう こんにゃく)	エネルギー 551 kcal タンパク質 23 g 脂質 14.6 g 塩分 2.8 g	麦茶 せんべい
4 金	ひき肉カレー マカロニサラダ バナナ 野菜ジュース	牛乳 * シュガーバターパン	米 砂糖 油 カレールウ マカロニ マヨネーズ パター 強力粉	牛乳 豚ひき肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン 野菜ジュース バナナ トマト なす ピーマン	エネルギー 614 kcal タンパク質 16.6 g 脂質 17.7 g 塩分 1.3 g	麦茶 クッキー
5 土	チャーハン もやしのナムル わかめスープ バナナ	牛乳 * 黒豆クリームサンド	米 砂糖 油 食パン 白ごま マーガリン	牛乳 焼き豚 なると わかめ 黒豆 きなこ	長ねぎ もやし キャベツ にんじん 玉ねぎ えのき茸 バナナ	エネルギー 550 kcal タンパク質 17.1 g 脂質 16.1 g 塩分 2 g	麦茶 せんべい
7 月	ごはん アジの塩麴焼き ナスの肉みそ炒め あおさのすまし汁 なし	牛乳 * パナナマフィン	米 砂糖 油 薄力粉	牛乳 アジ 豚挽き肉 ちくわ あおさ たまご	しょうが ナス 玉ねぎ ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ にんにく 長ねぎ なし バナナ	エネルギー 578 kcal タンパク質 20.2 g 脂質 23 g 塩分 1.5 g	麦茶 クッキー
8 火	バターサンド 鮭フライ キャベツときのこのサラダ ミネストローネ バナナ	牛乳 * 五目おむすび	米 砂糖 油 食パン マーガリン 薄力粉 パン粉	牛乳 鮭 たまご ツナ ベーコン 油揚げ 鶏もも肉	玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン えのきたけ カボチャ トマトの水煮 バナナ ごぼう しいたけ	エネルギー 553 kcal タンパク質 21.5 g 脂質 20.2 g 塩分 2.1 g	麦茶 せんべい
9 水	ごはん 鶏のから揚げ ピーンサラダ 切干大根の味噌汁 なし	牛乳 * チーズ蒸しパン	米 砂糖 油 ビーフン ミックス粉	牛乳 ツナ 油揚げ 鶏もも肉 チーズ	キャベツ にんじん 切干大根 あさつき なし	エネルギー 550 kcal タンパク質 21 g 脂質 17.5 g 塩分 1.4 g	麦茶 クッキー
10 木	肉みそパゲティー レンコンサラダ えのきのスープ パイナップル	麦茶 * お稲荷さん	米 砂糖 油 スパゲティー バター もち米 白ごま 黒ごま マヨネーズ	牛乳 豚ひき肉 ツナ ベーコン 油揚げ	にんにく 玉ねぎ にんじん しいたけ あさつき レンコン コーン えのきたけ パセリ パイナップル	エネルギー 560 kcal タンパク質 20.4 g 脂質 19.7 g 塩分 1.7 g	麦茶 せんべい
11 金	ごはん 和風豆腐ハンバーグ 刻み昆布の煮物 モロヘイヤの味噌汁 バナナ	牛乳 * チュロス (世界のおやつ・スペイン)	米 砂糖 油 パン粉 薄力粉 バター	牛乳 豆腐 鶏ひき肉 たまご ひじき 油揚げ スキムミルク たまご 刻みこぶ 焼きちくわ	しょうが 玉ねぎ あさつき にんじん 干しシイタケ さやいんげん こんにゃく もろへいや バナナ	エネルギー 595 kcal タンパク質 22 g 脂質 19.9 g 塩分 1.9 g	麦茶 クッキー
12 土	煮込みうどん ドレッシングサラダ チーズ バナナ	牛乳 * 鶏そぼろおにぎり	米 砂糖 油 うどん 白ごま	牛乳 鶏もも肉 油揚げ チーズ 鶏ひき肉	玉ねぎ にんじん 長ネギ しめじ キャベツ ブロッコリー コーン きゅうり バナナ しょうが	エネルギー 528 kcal タンパク質 23.4 g 脂質 16.2 g 塩分 2.4 g	麦茶 せんべい
14 月	スタミナ丼 春雨サラダ わかめスープ なし	牛乳 * どちらもち	米 砂糖 油 はるさめ 団子粉	牛乳 豚もも肉 ロースハム わかめ あんこ たまご	玉ねぎ ニラ にんにく キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ 玉ねぎ なし	エネルギー 587 kcal タンパク質 22 g 脂質 16.5 g 塩分 1.5 g	麦茶 クッキー
15 火	ハンバーガー ポテトフライ チーズ グリーンサラダ バナナ ジュース	麦茶 ケーキ	ロールパン パン粉 ジャがいも	牛乳 豚ひき肉 たまご チーズ ロースハム	にんじん 玉ねぎ エリンギ キャベツ きゅうり えのきたけ ブロッコリー バナナ りんごジュース	エネルギー 681 kcal タンパク質 22.4 g 脂質 27.6 g 塩分 1.9 g	麦茶 せんべい

♪ 幼児クラスの月間平均熱量 573kcal タンパク質 20.9g 脂質 18.7g 塩分 1.9gです

♪ 乳児クラスの月間平均熱量 469kcal タンパク質 17.5g 脂質 16.3g 塩分 1.5gです

♪ おやつ *印は園内の手作りメニューです

♪ 都合により献立変更をすることがあります

♪ 乳児組の朝のおやつは牛乳などの飲み物になります

園の基準 エネルギー 550kcal
タンパク質 19g



日 曜	献立名	おやつ 午後	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	エネルギー表示 (4歳児)	6:15 おやつ
16 水	ごはん 松風焼き やみつきピーマン 冬瓜の味噌汁 パイナップル	牛乳 *海苔チーズサンド	米 砂糖 油 パン粉 白ごま 食パン マーガリン マヨネーズ	牛乳 鶏ひき肉 たまご ツナ 油揚げ チーズ	にんじん 玉ねぎ えのき茸 ピーマン 黄パプリカ もやし 冬瓜 パイナップル	エネルギー 560 Kcal タンパク質 21.7 g 脂質 19.9 g 塩分 2.5 g	麦茶 せんべい
17 木	五目うどん ちくわの磯部揚げ キャベツのしらす和え バナナ	牛乳 *なめたけおむすび	米 砂糖 油 うどん 白ごま	牛乳 かまぼこ 豚もも肉 焼きちくわ 青のり しらす ツナ	長ねぎ にんじん 玉ねぎ しめじ キャベツ きゅうり バナナ なめたけ	エネルギー 551 Kcal タンパク質 23 g 脂質 14.6 g 塩分 2.8 g	麦茶 クッキー
18 金	ひき肉カレー マカロニサラダ バナナ 野菜ジュース	牛乳 豆腐ドーナッツ	米 砂糖 油 カレールウ マカロニ マヨネーズ	牛乳 豚ひき肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン 野菜ジュース バナナ トマト なす ピーマン	エネルギー 626 Kcal タンパク質 19.2 g 脂質 19.9 g 塩分 1.5 g	麦茶 クッキー
19 土	チャーハン もやしのナムル わかめスープ バナナ	牛乳 *黒豆クリームサンド	米 砂糖 油 食パン 白ごま マーガリン	牛乳 焼き豚 なると わかめ 黒豆 きなこ	長ねぎ もやし キャベツ にんじん 玉ねぎ えのき茸 バナナ	エネルギー 550 Kcal タンパク質 17.1 g 脂質 16 g 塩分 2.0 g	麦茶 クッキー
24 木	肉みそスバゲティー レンコンサラダ えのきのスープ パイナップル	牛乳 *きなこおはぎ	米 砂糖 油 スバゲティー バター もち米 白ごま 黒ごま マヨネーズ	牛乳 豚ひき肉 ツナ ベーコン きなこ	にんにく 玉ねぎ にんじん しいたけ あさつき レンコン コーン えのきたけ パセリ パイナップル	エネルギー 580 Kcal タンパク質 21.9 g 脂質 20.6 g 塩分 1.3 g	麦茶 クッキー
25 金	ごはん 和風豆腐ハンバーグ 刻み昆布の煮物 玉ねぎの味噌汁 バナナ	牛乳 *お月見パイ (月組クッキー せんべい)	米 砂糖 油 パン粉 さつまいも パイ生地	牛乳 豆腐 たまご 鶏ひき肉 たまご ひじき 油揚げ スキムミルク あんこ 刻みこぶ 焼きちくわ バナナ	しょうが 玉ねぎ あさつき にんじん 干しシイタケ さやいんげん こんにやく バナナ	エネルギー 576 Kcal タンパク質 20.3 g 脂質 18.7 g 塩分 2 g	麦茶 クッキー
26 土	煮込みうどん ドレッシングサラダ チーズ バナナ	牛乳 *鶏そぼろおにぎり	米 砂糖 油 うどん 白ごま	牛乳 鶏もも肉 油揚げ チーズ 鶏ひき肉	玉ねぎ にんじん 長ネギ しめじ キャベツ ブロッコリー コーン きゅうり バナナ	エネルギー 528 Kcal タンパク質 23.4 g 脂質 16.2 g 塩分 2.4 g	麦茶 クッキー
28 月	ごはん アジの塩麹焼き ナスの肉みそ炒め あおさのすまし汁 なし	牛乳 *バナナマフィン	米 砂糖 油 薄力粉	牛乳 アジ 豚挽き肉 ちくわ あおさ たまご	しょうが ナス 玉ねぎ ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ にんにく 長ねぎ なし バナナ	エネルギー 578 Kcal タンパク質 20.2 g 脂質 23 g 塩分 1.5 g	麦茶 せんべい
29 火	天然酵母の牛乳パン ミートマカロニグラタン フレンチサラダ オニオンスープ バナナ	牛乳 *ひじきおにぎり	米 砂糖 油 マカロニ バター 薄力粉 牛乳パン	牛乳 豚挽き肉 チーズ ロースハム ひじき 油揚げ	玉葱 にんじん ピーマン にんにく トマトの水煮 パセリ キャベツ きゅうり えのき茸 バナナ	エネルギー 578 Kcal タンパク質 20.3 g 脂質 18.6 g 塩分 2.4 g	麦茶 せんべい
30 水	ごはん 鶏のから揚げ ビーフンサラダ 豚汁 なし	牛乳 *チーズ蒸しパン	米 砂糖 油 ビーフン じゃがいも ミックス粉	牛乳 豚肩ロース ツナ 油揚げ 鶏もも肉 チーズ	キャベツ にんじん だいこん 長ねぎ なし	エネルギー 549 Kcal タンパク質 20.7 g 脂質 17.7 g 塩分 1.4 g	麦茶 せんべい



保育園で初めて食べる食材がないようにしてください。
新しい食材は最低2回以上おうちで試し食べをしておいてください。
どうしても食べられない食材は事前にお申し出ください。代替え食品
を使用した献立を提供いたします。

今月の食育

- 幼児クラス
- ・おにぎり
- ・お月見だんご作り(花組)

9月25日は十五夜です。秋の収穫に感謝し、お団子やススキをお供えて明るく丸い月を眺める日です

