2026年9月

予 定 献 立 表

えがお保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
1 (火)	御飯 みそ汁(あさり) タンドリーチキン 小松菜のごまあえ(にんじん)	チーズ／麦茶(浸出液)／米／あさり水煮缶、たまねぎ、かつおだし汁、米みそ ／鶏もも肉(皮付き)、食塩、しょうゆ、にんにく、カレー粉、ケチャップ レモン果汁／こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま／せんべい ／クラッカー／牛乳	チーズ 麦茶 せんべい・クラッカー 牛乳
2 (水) 16 (水)	御飯 みそ汁(だいこん) つくねの甘酢あん キャベツのしらすあえ	クラッカー／牛乳／米／だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ／ 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油、水、酢 しょうゆ、砂糖、片栗粉／キャベツ、にんじん、きゅうり、しらす干し、ごま油 食塩、しょうゆ／かぼちゃ、米粉、砂糖、水、油、きな粉／牛乳	クラッカー 牛乳 かぼちゃもち 牛乳
3 (木) 17 (木)	御飯 はるさめスープ(キャベツ) 厚揚げと豚肉の煮物 おくらの梅和え	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／はるさめ、キャベツ、ねぎ、水、中華だしの素 しょうゆ／生揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒、砂糖、いんげん／きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、かつお節 ／ホットケーキ粉、豆乳、ココア(ピュアココア)、砂糖／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 ココアホットケーキ 牛乳
4 (金) 18 (金)	御飯 すまし汁(じゃが芋)　旬の食材 さけの香りみそ焼き チンゲン菜と油揚げのさっと煮	せんべい／牛乳／米／じゃがいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 食塩／さけ、米みそ、酒、みりん、砂糖、ごま、ごま油、片栗粉／チンゲンサイ キャベツ、えのきたけ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん／ 米、豚ひき肉、ねぎ、みりん、砂糖、しょうゆ、米みそ、ごま油／牛乳	せんべい 牛乳 豚みそおにぎり 牛乳
5 (土) 19 (土)	わかめうどん フルーツカクテル(もも)	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 ／みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶／せんべい ／クラッカー／麦茶(浸出液)	せんべい 麦茶 せんべい・クラッカー 麦茶
7 (月) 28 (月)	御飯 みそ汁(もやし)　旬の食材 豆腐焼き かぼちゃサラダ(かつおぶし)	チーズ／麦茶(浸出液)／米／もやし、しめじ、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ／木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、ひじき、しょうゆ、しょうが、酒、食塩 片栗粉／かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、にんじん、酢、油、しょうゆ、かつお節 ／せんべい／クラッカー／牛乳	チーズ 麦茶 せんべい・クラッカー 牛乳
8 (火) 29 (火)	御飯 豆腐すまし汁(わかめ)　旬の食材 豚肉のしょうが焼き 五目野菜のみそ煮	せんべい／牛乳／米／木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩／豚肉(ロース)、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油／れんこん ごぼう、にんじん、さといも、干ししいたけ、油、かつお・昆布だし汁、米みそ しょうゆ、みりん、砂糖／チーズ、ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳／牛乳	せんべい 牛乳 チーズカップケーキ 牛乳
9 (水) 30 (水)	ハヤシライス フレンチサラダ　旬の食材	クラッカー／牛乳／米、豚肉(ロース)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ、油 ハヤシルウ、ケチャップ／キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩 白こしょう／梨／牛乳	クラッカー 牛乳 梨 牛乳
10 (木)	御飯 すまし汁(こまつな・にんじん) 鶏肉のごまみそ焼き ひじきのマリネ	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米／こまつな、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩／鶏もも肉(皮付き)、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま／ひじき しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩／さつまいも、油、水 砂糖、しょうゆ、ごま／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) お茶 大学芋 牛乳
11 (金)	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) ポークチャップ 切干大根の旨煮　旬の食材	せんべい／牛乳／米／キャベツ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚肉(ロース)、たまねぎ、油、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖／ 切り干しだいこん、にんじん、しいたけ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん 砂糖、いんげん／りんご天然果汁、砂糖、粉かんてん／牛乳	せんべい 牛乳 りんごゼリー 牛乳
12 (土) 26 (土)	ツナトマトスパゲティー オレンジ	せんべい／麦茶(浸出液)／スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶 カットトマト缶詰、ケチャップ、食塩／オレンジ／せんべい／クラッカー／ 麦茶(浸出液)	せんべい 麦茶 せんべい・クラッカー 麦茶
14 (月)	御飯 中華スープ　旬の食材 マーボー豆腐 もやしの和え物	チーズ／麦茶(浸出液)／米／キャベツ、しめじ、にんじん、水、中華だしの素 食塩／木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、米みそ、砂糖、酒 水、片栗粉／もやし、にんじん、こまつな、食塩、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 ／せんべい／クラッカー／牛乳	チーズ 麦茶 せんべい・クラッカー 牛乳
15 (火)	御飯 みそ汁(あさり) タンドリーチキン 小松菜のごまあえ(にんじん)	せんべい、／牛乳／米／あさり水煮缶、たまねぎ、かつおだし汁、米みそ ／鶏もも肉(皮付き)、食塩、しょうゆ、にんにく、カレー粉、ケチャップ レモン果汁／こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま／ ホットケーキ粉、油、豆乳、いちごジャム、砂糖／牛乳	せんべい 牛乳 いちごのスコーン 牛乳
24 (木) 誕生会	きのこ御飯 みそ汁(チンゲン菜)　旬の食材 鶏肉の竜田揚げ ブロッコリーサラダ	ヨーグルト／麦茶(浸出液)／米、しめじ、しいたけ、えのきたけ、にんじん、しょうゆ みりん、食塩、ごま油／チンゲンサイ、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ／鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油／ブロッコリー、にんじん コーン缶、ツナ油漬缶、酢、油、食塩／チーズ、さつまいも、ホットケーキ粉 油、豆乳、砂糖／牛乳	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶 さつま芋のガレット 牛乳
25 (金) 十五夜	御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) ポークチャップ 切干大根の旨煮　旬の食材	せんべい／牛乳／米／キャベツ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ／豚肉(ロース)、たまねぎ、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖／切り干しだいこん にんじん、油揚げ、しいたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん ／かぼちゃ、ホットケーキ粉、砂糖、豆乳、油／牛乳	せんべい 牛乳 お月見蒸しパン 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もあります。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	425Kcal (459Kcal)	18．0g (19.5g)
3歳以上児	537Kcal (573Kcal)	21．9g (24.3g)

(　)は、目標量です。

～行事食～

★誕生会（２４日）

昼食
- きのこ御飯
- みそ汁
- 鶏肉の竜田揚げ
- ブロッコリーサラダ

午後おやつ
- さつま芋のガレット
- 牛乳

★十五夜（２５日）

昼食
- 御飯
- みそ汁
- ポークチャップ
- 切干大根の旨煮

午後おやつ
- お月見蒸しパン
- 牛乳

2026年9月　　離乳食予定献立表No.1　　えがお保育園

日		離乳食12～18(完了食)		離乳食9～11(後期食)
1日(火)	午前	チーズ 麦茶		
	昼食	軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、たまねぎ、かつおだし汁、米みそ タンドリーチキン 鶏もも肉(皮付き)、食塩、しょうゆ、にんにく、カレー粉、ケチャップ、レモン果汁 小松菜のごまあえ(にんじん) こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま	午前食	全粥 みそ汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 こまつな、にんじん、鶏ひき肉、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 麩と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
2日(水) 16日(水)	午前	クラッカー 牛乳		
	昼食	軟飯 みそ汁(だいこん) だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ つくねの甘酢あん 豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、ねぎ、酒、食塩、片栗粉、油、水、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉 キャベツのしらすあえ キャベツ、にんじん、きゅうり、しらす干し、ごま油、食塩、しょうゆ	午前食	全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	かぼちゃもち かぼちゃ、米粉、砂糖、水、油、きな粉 牛乳	午後食	にんじん粥 米、にんじん スープ キャベツ、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ煮 豚ひき肉、だいこん、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉
3日(木) 17日(木)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶		
	昼食	軟飯 はるさめスープ(キャベツ) はるさめ、キャベツ、ねぎ、水、中華だしの素、しょうゆ 厚揚げと豚肉の煮物 生揚げ、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、いんげん おくらの梅和え きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ、砂糖、かつお節	午前食	全粥 スープ キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ 豆腐の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	ココアホットケーキ ホットケーキ粉、豆乳、ココア(ピュアココア)、砂糖 牛乳	午後食	全粥 麩のみそ汁 焼ふ、昆布だし汁、米みそ 木の葉かぼちゃ 鶏ひき肉、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油
4日(金) 18日(金)	午前	せんべい 牛乳		
	昼食	軟飯 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 さけの香りみそ焼き さけ、米みそ、酒、みりん、砂糖、ごま、ごま油、片栗粉 チンゲン菜と油揚げのさっと煮 チンゲンサイ、キャベツ、えのきたけ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	午前食	全粥 すまし汁(じゃが芋) じゃがいも、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 チンゲン菜と鮭の煮物 さけ、チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	豚みそおにぎり 米、豚ひき肉、ねぎ、みりん、砂糖、しょうゆ、米みそ、ごま油 牛乳	午後食	ツナ粥 米、水、ツナ水煮缶 味噌汁 キャベツ、昆布だし汁、米みそ じゃが芋のそぼろ煮 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、砂糖、しょうゆ
5日(土) 19日(土)	午前	せんべい 麦茶		
	昼食	わかめうどん ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みりん、食塩 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶	午前食	煮込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 フルーツ みかん缶
	午後	せんべい クラッカー 麦茶	午後食	雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ
7日(月) 28日(月)	午前	チーズ 麦茶		
	昼食	軟飯 みそ汁(もやし) もやし、しめじ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 豆腐焼き 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、ひじき、しょうゆ、しょうが、酒、食塩、片栗粉 かぼちゃサラダ(かつおぶし) かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、にんじん、酢、油、しょうゆ、かつお節	午前食	全粥 みそ汁(もやし) もやし、昆布だし汁、米みそ 豆腐と野菜の煮物 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 スープ(豆腐) 木綿豆腐、にんじん、昆布だし汁、食塩 野菜のそぼろ味噌煮 豚ひき肉、かぼちゃ、たまねぎ、砂糖、米みそ、昆布だし汁、片栗粉
8日(火) 29日(火)	午前	せんべい 牛乳		
	昼食	軟飯 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豚肉のしょうが焼き 豚肉(ロース)、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油 五目野菜のみそ煮 れんこん、ごぼう、にんじん、さといも、干ししいたけ、油、かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、みりん 砂糖	午前食	全粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 豚肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、さといも、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	チーズカップケーキ チーズ、ホットケーキ粉、油、砂糖、豆乳 牛乳	午後食	にんじん粥 米、にんじん 味噌汁 カットわかめ、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏ひき肉と豆腐の吉野煮 鶏ひき肉、木綿豆腐、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉
9日(水) 30日(水)	午前	クラッカー 牛乳		
	昼食	ハヤシライス 米、豚肉(ロース)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ、油、ハヤシルウ、ケチャップ フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩、白こしょう	午前食	全粥 豚ひき肉と野菜のケチャップ煮 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、キャベツ、ケチャップ
	午後	梨 牛乳	午後食	全粥 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉 梨
10日(木)	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶		
	昼食	軟飯 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも肉(皮付き)、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま ひじきのマリネ ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩	午前食	全粥 すまし汁(こまつな・にんじん) こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、だいこん、にんじん、たまねぎ、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	大学芋 さつまいも、油、水、砂糖、しょうゆ、ごま 牛乳	午後食	ツナ粥 米、水、ツナ水煮缶 味噌汁(こまつな) こまつな、昆布だし汁、米みそ さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ

2026年9月　　離乳食予定献立表No.2　　えがお保育園

日		離乳食12～18(完了食)		離乳食9～11(後期食)
11日(金)	午前	せんべい 牛乳		
	昼食	軟飯 みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ ポークチャップ 豚肉(ロース)、たまねぎ、油、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖 切干大根の旨煮 切り干しだいこん、にんじん、しいたけ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖 いんげん	午前食	全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、だいこん、にんじん、ケチャップ、砂糖、片栗粉
	午後	りんごゼリー りんご天然果汁、砂糖、粉かんてん 牛乳	午後食	全粥 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
12日(土) 26日(土)	午前	せんべい 麦茶		
	昼食	ツナトマトスパゲティー スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶、カットトマト缶詰、ケチャップ、食塩 みかん	午前食	ツナトマトスープスパゲティー スパゲティ、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶、カットトマト缶詰、ケチャップ、食塩 みかん
	午後	せんべい クラッカー 麦茶	午後食	雑炊 米、こまつな、にんじん、昆布だし汁 さつま芋の煮物 さつまいも、砂糖、しょうゆ
14日(月)	午前	チーズ 麦茶		
	昼食	軟飯 中華スープ キャベツ、しめじ、にんじん、水、中華だしの素、食塩 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、米みそ、砂糖、酒、水、片栗粉 もやしの和え物 もやし、にんじん、こまつな、食塩、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油	午前食	全粥 スープ キャベツ、にんじん、昆布だし汁、食塩 豆腐の煮物 木綿豆腐、豚ひき肉、もやし、にんじん、こまつな、しょうゆ、米みそ、砂糖、片栗粉
	午後	せんべい クラッカー 牛乳	午後食	全粥 味噌汁(キャベツ) キャベツ、昆布だし汁、米みそ 豆腐と青菜のとろみ煮 木綿豆腐、こまつな、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
15日(火)	午前	せんべい 牛乳		
	昼食	軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮缶、たまねぎ、かつおだし汁、米みそ タンドリーチキン 鶏もも肉(皮付き)、食塩、しょうゆ、にんにく、カレー粉、ケチャップ、レモン果汁 小松菜のごまあえ(にんじん) こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま	午前食	全粥 みそ汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 こまつな、にんじん、鶏ひき肉、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	いちごのスコーン ホットケーキ粉、油、豆乳、いちごジャム、砂糖 牛乳	午後食	全粥 スープ こまつな、たまねぎ、昆布だし汁、食塩 麩と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
24日(木) 誕生会	午前	ヨーグルト(ドリンク) 麦茶		
	昼食	きのこ御飯 米、しめじ、しいたけ、えのきたけ、にんじん、しょうゆ、みりん、食塩、ごま油 みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏肉の竜田揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油 ブロッコリーサラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ツナ油漬缶、酢、油、食塩	午前食	にんじん粥 米、にんじん みそ汁(チンゲン菜) チンゲンサイ、たまねぎ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 鶏肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	午後	さつま芋のガレット チーズ、さつまいも、ホットケーキ粉、油、豆乳、砂糖 牛乳	午後食	全粥 スープ さつまいも、にんじん、昆布だし汁、食塩 麩と野菜の煮物 焼ふ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉
25日(金) 十五夜	午前	せんべい 牛乳		
	昼食	軟飯 みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ ポークチャップ 豚肉(ロース)、たまねぎ、ケチャップ、中濃ソース、酒、砂糖 切干大根の旨煮 切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、しいたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖 いんげん	午前食	全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、昆布だし汁、米みそ 豚ひき肉と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、だいこん、にんじん、ケチャップ、砂糖、片栗粉
	午後	お月見蒸しパン かぼちゃ、ホットケーキ粉、砂糖、豆乳、油 牛乳	午後食	全粥 スープ(だいこん) だいこん、にんじん、昆布だし汁、食塩 鶏ひき肉と野菜の煮物 鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉