

9月の予定献立表（未満児）



日 ／ 曜	献 立 名	材料名（昼食・3時おやつ）			栄 養 価	日 ／ 曜	献 立 名	材料名（昼食・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	
1 （火）	食パン 鶏肉のトマト煮 おくらのおかか和え とうがんのスープ	パン	牛乳、鶏肉、ハム、 チーズ、ベーコン、 凍り豆腐	かぼちゃ、オクラ、 たまねぎ、とうが、ねぎ、 にんじん、ピーマン、トマト	牛乳 きなこせんべい 牛乳 かぼちゃのピザ焼き	18 （金）	カレーライス 切干大根のサラダ わかめスープ	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、ツナ	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、コーン、ねぎ、 だいこん、わかめ、パナナ	501 kcal たんぱく質 15.4 g 脂 質 20.9 g 食 塩 1.9 g
2 （水）	ごはん 揚げだし豆腐 キャベツのみそ炒め 白菜のみそ汁	米、焼ふ	牛乳、豆腐、鶏肉	はくさい、だいこん、ねぎ、 キャベツ、たまねぎ、 にんじん、ピーマン、 えのきだけ、オレンジ	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 オレンジ ビスケット	19 （土）	ごはん 燕込みハンバーグ ブロッコリーの和え物 里芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、豚肉	ブロッコリー、たまねぎ、 にんじん、ねぎ、トマト、 わかめ	478 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 17.9 g 食 塩 1.3 g
3 （木）	ごはん かれいの照り焼き ほうれん草の納豆あえ けんちん汁	米、さといも、 コーンフレーク	牛乳、かれい、 豆腐、納豆、豚肉、 油揚げ	もやし、ほうれんそう、 だいこん、にんじん、ねぎ、 ごぼう	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 フレークスナック	21 （月）	敬老の日				
4 （金）	ごはん 豚肉と野菜のケチャップ炒め かぼちゃコロッケ たまごスープ	米	豚肉、卵、牛乳	たまねぎ、にんじん、 もやし、にら、ピーマン、 かぼちゃ、もも	牛乳 つなっこ ほうじ茶 三日月もものフルーチェ	22 （火）	国民の休日				
5 （土）	三色どんぶり ほうれんそうの和え物 里芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、鶏肉、 チーズ	もやし、ほうれんそう、 コーン、にんじん、 たまねぎ、いんげん、パナナ	牛乳 味しらべ 牛乳 パナナ チーズ	23 （水）	秋分の日				
7 （月）	ごはん さわらのマヨネーズ焼き 小松菜のごま昆布あえ なすのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、さわか、 油揚げ	たまねぎ、なす、こまつな、 キャベツ、にんじん、 コーン、こんぶ、あおのり	牛乳 おさつでほん 牛乳 バイクドジャガ ベイクドジャガ	24 （木）	ごはん さばのパン粉焼き 秋なすのなべしき しめじのみそ汁	米、焼ふ	牛乳、さば、 油揚げ、チーズ	なす、しめじ、にんじん、 ねぎ、ピーマン	539 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 25.0 g 食 塩 1.2 g
8 （火）	栗ごはん 鶏つくねのあんかけ キャベツの鹽あえ なめこみそ汁	米、くり、パン	牛乳、鶏肉、豆腐	キャベツ、にんじん、 なめこ、たまねぎ、ねぎ、 ひじき、あおのり	牛乳 きなこせんべい 牛乳 パンプリン	25 （金）	食パン チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ はるさめスープ	パン、じゃがいも、 はるさめ	牛乳、卵、豚肉、 チーズ、ちくわ	ブロッコリー、もやし、 きゅうり、にんじん、にら、 たまねぎ、グリーンピース、 コーン、あおのり	401 kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 17.5 g 食 塩 1.8 g
9 （水）	ごはん 肉団子の甘酢あん ブロッコリーとひじきのソテー 切干しだいこんのみそ汁	米	牛乳、豚肉、えび	たまねぎ、だいこん、ねぎ、 ブロッコリー、ひじき、 にんじん、だいこん、わかめ	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 大根餅	26 （土）	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 粉ふき芋 えのきのみそ汁	米、じゃがいも、 焼ふ	牛乳、豚肉	キャベツ、たまねぎ、 ピーマン、えのきだけ、 いんげん、あおのり	454 kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 14.8 g 食 塩 1.1 g
10 （木）	ごはん 豆腐の野菜そぼろ煮 焼きかぼちゃ もやしのみそ汁	米	牛乳、ヨーグルト、 豚肉、豆腐、油揚げ	かぼちゃ、もやし、 こまつな、にんじん、 たまねぎ、わかめ、 パナナ、もも、みかん	牛乳 ほしっこせんべい ほうじ茶 フルーツヨーグルト	28 （月）	ごはん ぶり大根 チンゲン菜の昆布和え わかめのみそ汁	米	牛乳、ぶり、豆腐、 豚肉	だいこん、チンゲンサイ、 もやし、キャベツ、ねぎ、 にんじん、こんぶ、わかめ、 あおのり	472 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 19.2 g 食 塩 1.8 g
11 （金）	食パン 鶏の海苔焼き はるさめサラダ キャベツのスープ	パン、うどん、 はるさめ	牛乳、鶏肉、豚肉	キャベツ、にんじん、 きゅうり、たまねぎ、 わかめ、ピーマン、 コーン、のり	牛乳 つなっこ 牛乳 おやつ焼きうどん	29 （火）	ゆかりごはん 豆腐のきのこがけ いんげんのごまよこし 豚汁	米	牛乳、豆腐、豚肉、 鶏肉	だいこん、たまねぎ、 いんげん、にんじん、ねぎ、 しめじ、えのきだけ、ごぼ う、しいたけ、みかん	419 kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 14.3 g 食 塩 1.4 g
12 （土）	焼きそば いんげんのごまマヨネーズあえ 野菜スープ	焼きそば	牛乳、豚肉、 凍り豆腐	キャベツ、いんげん、 たまねぎ、にんじん、 わかめ、ピーマン、 コーン、あおのり	牛乳 味しらべ 牛乳 ビスケット	30 （水）	食パン 豚肉とたまねぎのカレー炒め 千草和え 玉ねぎとセロリのスープ	パン、さつまいも	牛乳、豚肉、 凍り豆腐	たまねぎ、ほうれんそう、 もやし、にんじん、ピーマ ン、コーン、セロリー	432 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 18.7 g 食 塩 1.5 g
14 （月）	ごはん かつおのごまがらめ パスタサラダ こまつなのみそ汁	米、スパゲティ	牛乳、かつお、 豆腐、ツナ、油揚げ	かぼちゃ、もやし、 キャベツ、こまつな、 きゅうり、にんじん	牛乳 おさつでほん 牛乳 かぼちゃ豆腐パン						
15 （火）	ごはん 厚揚げのみそ炒め わかめときゅうりの和え物 じゃがいものすまし汁	米、じゃがいも	牛乳、生揚げ、 豚肉、凍り豆腐	たまねぎ、きゅうり、ねぎ、 にんじん、ピーマン、わかめ	牛乳 きなこせんべい 牛乳 まんじゅう						
16 （水）	食パン 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜とベーコンのソテー 野菜スープ	パン、さつまいも、 じゃがいも	牛乳、鶏肉、 ベーコン	もやし、たまねぎ、 こまつな、にんじん	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 さつま芋のようかん						
17 （木）	ごはん 厚焼き卵 筑前煮 豆腐みそ汁	米、パン、 こんにゃく	牛乳、卵、豆腐、 鶏肉、ツナ、油揚げ	こまつな、たけのこ、 にんじん、れんこん、ねぎ、 ごぼう、コーン、オクラ	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 ツナコントースト						

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8日（火）は誕生会メニューです。



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	材料名屋食・3時おやつ			栄養価	日 ノ 曜	献立名	材料名屋食・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	
1 (火)	食パン 鶏肉のトマト煮 おくらのおかか和え とうがんのスープ	パン	牛乳、鶏肉、 チーズ、ハム、 ベーコン、凍り豆腐	かぼちゃ、オクラ、 たまねぎ、とうがら、ねぎ、 にんじん、ピーマン、トマト	エネルギー 422 kcal たんばく質 21.7 g 脂質 18.6 g 食塩 2.2 g	18 (金)	カレーライス 切干大根のサラダ わかめスープ	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、ツナ	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、コーン、ねぎ、 だいこん、わかめ、パナナ	エネルギー 556 kcal たんばく質 16.4 g 脂質 21.1 g 食塩 2.2 g
2 (水)	ごはん 揚げだし豆腐 キャベツのみそ炒め 白菜のみそ汁	米、焼酎	牛乳、豆腐、鶏肉	はくさい、だいこん、 キャベツ、たまねぎ、 にんじん、ピーマン、 えのきだけ、ねぎ、オレシ	エネルギー 526 kcal たんばく質 18.3 g 脂質 21.1 g 食塩 1.5 g	19 (土)	ごはん 煮込みハンバーグ ブロッコリーの和え物 里芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、豚肉	ブロッコリー、たまねぎ、 にんじん、ねぎ、トマト、 わかめ	エネルギー 490 kcal たんばく質 16.6 g 脂質 16.0 g 食塩 1.5 g
3 (木)	ごはん かれの照り焼き ほうれん草の納豆あえ けんちん汁	米、さといも、 コーンフレーク	牛乳、かれい、 豆腐、納豆、豚肉、 油揚げ	もやし、ほうれんそう、 だいこん、にんじん、ねぎ、 ごぼう	エネルギー 474 kcal たんばく質 22.4 g 脂質 12.4 g 食塩 1.9 g	21 (月)	敬老の日				
4 (金)	ごはん 豚肉と野菜のケチャップ炒め かぼちゃコロッケ たまごスープ	米	豚肉、卵	たまねぎ、にんじん、 もやし、にら、ピーマン、 かぼちゃ	エネルギー 704 kcal たんばく質 20.0 g 脂質 28.1 g 食塩 1.6 g	22 (火)	国民の休日				
5 (土)	三色どんぶり ほうれんそうの和え物 里芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、鶏肉、チーズ	もやし、ほうれんそう、 コーン、にんじん、 たまねぎ、いんげん、パナナ	エネルギー 453 kcal たんばく質 18.4 g 脂質 12.7 g 食塩 1.8 g	23 (水)	秋分の日				
7 (月)	ごはん さわらのマヨネーズ焼き 小松菜のごま昆布あえ なすのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、さくら、 油揚げ	たまねぎ、なす、こまつな、 キャベツ、にんじん、 コーン、こんぶ、あおのり	エネルギー 457 kcal たんばく質 20.6 g 脂質 18.3 g 食塩 1.4 g	24 (木)	ごはん さばのパン粉焼き 秋なすのなべしぎ しめじのみそ汁	米、焼酎	牛乳、さば、 油揚げ、チーズ	なす、しめじ、にんじん、 ねぎ、ピーマン	エネルギー 569 kcal たんばく質 21.6 g 脂質 25.6 g 食塩 1.4 g
8 (火)	栗ごはん 鶏つくねのあんかけ キャベツの磯あえ なめこみそ汁	米、くり、パン	牛乳、鶏肉、豆腐	キャベツ、にんじん、 なめこ、たまねぎ、ねぎ、 ひじき、あおのり	エネルギー 496 kcal たんばく質 20.7 g 脂質 13.6 g 食塩 1.8 g	25 (金)	食パン チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ はるさめスープ	パン、じゃがいも、 はるさめ	牛乳、卵、豚肉、 チーズ、ちくわ	ブロッコリー、もやし、 きゅうり、にんじん、にら、 たまねぎ、コーン、あおのり、 グリーンピース	エネルギー 436 kcal たんばく質 18.7 g 脂質 17.5 g 食塩 2.1 g
9 (水)	ごはん 肉団子の甘酢あん ブロッコリーとひじきのソテー 切干しだいこんのみそ汁	米	豚肉、えび、牛乳	たまねぎ、だいこん、ねぎ、 ブロッコリー、わかめ、 にんじん、だいこん、ひじき	エネルギー 428 kcal たんばく質 14.7 g 脂質 14.1 g 食塩 1.5 g	26 (土)	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 粉ふき芋 えのきのみそ汁	米、じゃがいも、 焼酎	牛乳、豚肉	キャベツ、たまねぎ、 ピーマン、えのきだけ、 いんげん、あおのり	エネルギー 469 kcal たんばく質 18.5 g 脂質 13.5 g 食塩 1.2 g
10 (木)	ごはん 豆腐の野菜そぼろ煮 焼きかぼちゃ もやしのみそ汁	米	豆腐、ヨーグルト、 豚肉、油揚げ	かぼちゃ、たまねぎ、 こまつな、にんじん、 もやし、わかめ、 パナナ、もも、みかん	エネルギー 425 kcal たんばく質 16.5 g 脂質 12.9 g 食塩 1.6 g	28 (月)	ごはん ぶり大根 チンゲン菜の昆布和え わかめのみそ汁	米	牛乳、ぶり、豆腐、 豚肉	だいこん、チンゲンサイ、 もやし、キャベツ、ねぎ、 にんじん、こんぶ、わかめ、 あおのり	エネルギー 522 kcal たんばく質 24.3 g 脂質 20.4 g 食塩 2.1 g
11 (金)	食パン 鶏の海苔焼き はるさめサラダ キャベツのスープ	パン、うどん、 はるさめ	牛乳、鶏肉、豚肉	キャベツ、にんじん、 きゅうり、たまねぎ、 えのきだけ、ピーマン、 コーン、のり	エネルギー 466 kcal たんばく質 25.4 g 脂質 16.0 g 食塩 2.4 g	29 (火)	ゆかりごはん 豆腐のきのこがけ いんげんのごまよごし 豚汁	米	牛乳、豆腐、豚肉、 鶏肉	だいこん、たまねぎ、 いんげん、にんじん、 えのきだけ、ねぎ、しめじ、 ごぼう、しいたけ、みかん	エネルギー 443 kcal たんばく質 18.3 g 脂質 13.5 g 食塩 1.7 g
12 (土)	焼きそば いんげんのごまマヨネーズあえ 野菜スープ	焼きそば	牛乳、豚肉、 凍り豆腐	キャベツ、いんげん、 たまねぎ、にんじん、 ピーマン、コーン、わかめ、 あおのり	エネルギー 420 kcal たんばく質 15.7 g 脂質 15.5 g 食塩 2.0 g	30 (水)	食パン 豚肉とたまねぎのカレー炒め 干草和え 玉ねぎとセロリのスープ	パン、さつまいも	牛乳、豚肉、 凍り豆腐	たまねぎ、もやし、 ほうれんそう、にんじん、 ピーマン、コーン、セロリー	エネルギー 463 kcal たんばく質 19.5 g 脂質 18.1 g 食塩 1.9 g
14 (月)	ごはん かつおのごまがらめ パスタサラダ こまつなのみそ汁	米、スパゲティ	牛乳、かつお、 豆腐、ツナ、油揚げ	かぼちゃ、もやし、 キャベツ、こまつな、 きゅうり、にんじん	エネルギー 571 kcal たんばく質 26.2 g 脂質 19.4 g 食塩 1.7 g						
15 (火)	ごはん 厚揚げのみそ炒め わかめときゅうりの和え物 じゃがいものすまし汁	米、じゃがいも	牛乳、生揚げ、 豚肉、凍り豆腐	たまねぎ、きゅうり、 にんじん、ねぎ、ピーマン、 わかめ	エネルギー 527 kcal たんばく質 18.9 g 脂質 16.0 g 食塩 1.3 g						
16 (水)	食パン 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜とベーコンのソテー 野菜スープ	パン、さつまいも、 じゃがいも	牛乳、鶏肉、 ベーコン	もやし、たまねぎ、 こまつな、にんじん	エネルギー 482 kcal たんばく質 22.3 g 脂質 18.1 g 食塩 1.8 g						
17 (木)	ごはん 厚焼き卵 筑前煮 豆腐みそ汁	米、パン、 こんにゃく	牛乳、卵、豆腐、 鶏肉、ツナ、油揚げ	こまつな、たけのこ、 にんじん、れんこん、ねぎ、 ごぼう、コーン、オクラ	エネルギー 489 kcal たんばく質 21.4 g 脂質 16.9 g 食塩 2.1 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8日（火）は誕生会メニューです。



KAEDE HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS

