9月の給食献立表

みどりこども園　2026.8

日	曜	行事予定	朝のおやつ（0～2歳児）	給食献立	主な材料			3時のおやつ
					からだをつくるもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)	熱や力のもとになるもの(黄)	
1	火		あられ麩・牛乳	オムレツ・茹キャベツ・糸切昆布の煮付・バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ 卵・天ぷら	人参・玉ねぎ・椎茸・ねぎ・キャベツ・糸切昆布 バナナ	米・じゃがいも	メロンパン 鉄強化ジュース
2	水		ジャムサンド・牛乳	トマトとなすのスパゲッティ・ベイクドかぼちゃ・柑橘類	ベーコン・粉チーズ	トマト・なす・玉ねぎ・ピーマン・かぼちゃ 柑橘類	米・スパゲティ	大豆と小魚のごまがらめ ミルク
3	木	安全点検 オープン(運動遊び)	りんご寒・牛乳	魚のさざれ焼・ごま酢あえ・じゃがいもの煮付・バナナ	鮭・油揚げ	キャベツ・きゅうり・もやし・人参・バナナ	米・白ごま じゃがいも	トーステッドチーズスティック ミルク
4	金		カップケーキ・牛乳	二色そぼろ丼・小松菜の浸し・豆腐の味噌汁・柑橘類	鶏ひき肉・卵・豆腐 油揚げ・中みそ	人参・かぼちゃ・小松菜・わかめ・ねぎ・柑橘類	米	しょうゆ焼きそば・お茶
5	土	土曜保育	市販・牛乳	炒め豆腐・ごまきゅうり・ベイクドポテト	豚ミンチ・豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・ねぎ・きゅうり	米・白ごま じゃがいも	チーズカナッペ・お茶
7	月		マカロニのあべかわ風 牛乳	ムニエル・きゅうりとなすの即席漬・じゃがいものそぼろ煮・バナナ	鮭・鶏ひき肉・油揚げ	きゅうり・なす・玉ねぎ・バナナ	米・じゃがいも	ミルクくずもち・ミルク
8	火		パルミエ・牛乳	若鶏の中華風炒め・きゅうりとツナのサラダ・パインアップル	鶏肉・まぐろ(水煮)	しょうが・人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン もやし・干し椎茸・大根・きゅうり・パインアップル	米・ビーフン	セサミトースト・ミルク
9	水		シュガートースト・牛乳	カレーうどん・納豆の磯和え・柑橘類	豚肉・油揚げ ひきわり納豆	玉ねぎ・人参・ねぎ・干し椎茸・柑橘類	米・うどん	鮭塩こんぶおにぎり・お茶
10	木	おたのしみ会 (0・1・2歳と3歳のゲームのみ)		☆ お楽しみ献立（ご飯はいりません）	詳細は後日お知らせいたします！			
11	金	おたのしみ会 (3歳の食べ物と4・5歳)	グレープ寒・牛乳	☆ お楽しみ献立（ご飯はいりません）				
12	土	土曜保育	市販・牛乳	なすと豚肉のみそ炒め・粉ふきいも・スティックきゅうり	豚肉・厚揚げ・中みそ	なす・ピーマン・人参・玉ねぎ・パセリ・きゅうり	米	クラッカージャムサンド お茶
14	月		みかんのヨーグルト和え 牛乳	豆腐とひき肉のトマト煮・きゅうりの即席漬・粉ふきいも・バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ 豆腐	玉ねぎ・トマト・ピーマン・きゅうり・パセリ・バナナ	米・じゃがいも	沖縄風揚げ菓子・ミルク
15	火		じゃがいものオーブン焼き 牛乳	魚の竜田揚げ・中華風サラダ・にんじんの甘煮・鉄強化乳飲料	白身魚	しょうが・人参・キャベツ・きゅうり・もやし	米	納豆チャーハン・お茶
16	水	交通訓練	レモンラスク・牛乳	豚肉と野菜のカレー炒め・チーズポテト・バナナ	豚肉・粉チーズ	人参・玉ねぎ・キャベツ・干し椎茸・ピーマン バナナ	米・じゃがいも	じり焼きごまよごし ミルク
17	木		クラッカーと果物・牛乳	魚の味噌焼き・和風サラダ・にんじんの煮付・柑橘類	サバ・中みそ	しょうが・大根・きゅうり・ホールコーン わかめ・人参・柑橘類	米・白ごま	おはぎ・お茶
18	金	祖父母参観(3～5歳)	黒蒸しパン・牛乳	野菜入りチキンナゲット・コーンとチンゲン菜の炒め物・ミネストローネ・バナナ	鶏ひき肉・卵 ベーコン	玉ねぎ・人参・ホールコーン・チンゲン菜 キャベツ・トマト缶・バナナ	米・じゃがいも	ピザトースト・ミルク
19	土	土曜保育	市販・牛乳	焼豆腐の含め煮・ベイクドかぼちゃ・スティックきゅうり	牛ミンチ・豚ミンチ 焼豆腐	人参・玉ねぎ・もやし・ねぎ・干し椎茸・ かぼちゃ・きゅうり	米	オレンジ寒・お茶
24	木	身体測定	蒸しパン・牛乳	大豆のいそ煮・小松菜の浸し・味噌汁・柑橘類	鶏肉・大豆・中みそ	干しひじき・人参・玉ねぎ・小松菜・えのきたけ ねぎ・わかめ・柑橘類	米・じゃがいも	スイートポテト・ミルク
25	金	避難訓練 布団持ち帰り	ベイクドポテト・牛乳	肉味噌丼・キャベツの即席漬・バナナ	豚ミンチ・赤味噌	人参・椎茸・玉ねぎ・なす・ねぎ・キャベツ レモン・バナナ	米	ねぎマヨピザ・ミルク
26	土	土曜保育	市販・牛乳	焼うどん・かえりの佃煮・塩もみきゅうり	豚肉・かえりいりこ	人参・玉ねぎ・キャベツ・ねぎ・きゅうり	米・うどん・白ごま	オレンジ蒸しパン・お茶
28	月		シュガーパイ・牛乳	焼魚・冷拌三糸(卵)・にんじんの甘煮・バナナ	鮭・卵	人参・きゅうり・バナナ	米・はるさめ	乳酸菌入りヨーグルト ミルク
29	火	誕生日会	みかん寒天・牛乳	♥お誕生日会お楽しみメニュー♥　～ご飯はいりません～ 鶏の竜田揚げ・短冊サラダ・さつまいもの煮付・バナナ	若鶏肉	しょうが・人参・大根・きゅうり・ホールコーン バナナ	米・さつまいも	チーズケーキ・ミルク
30	水		ラスク・牛乳	ポークビーンズ・キャベツの浸し・柑橘類	豚肉・大豆 粉チーズ	人参・玉ねぎ・トマト・さやいんげん・パセリ キャベツ・柑橘類	米・じゃがいも	フルーツポンチ・ミルク

＜10月行事予定＞　16日(金)　運動会２・３歳児〈予備日：20日(火)〉　17日(土)　運動会４・５歳児〈予備日：19日(月)〉
22日(木)お買い物ごっこ　23日(金)　お弁当日・遠足３～５歳児動物園〈予備日：26日(月)〉　30日(金)　ハロウィンパーティー