

完了期食9月予定献立表

2026年度

千代田せいが保育園

ひ		ちゅうしょく	3じのおやつ	ざいりょうめい		
				ねつとちからになるもの	ちやにくやほねに なるもの	からだのちょうしを ととのえるもの
1 15	か	ごはん カレイのつけやき なっとうあえ さといもとだいこんのみそしる バナナ	むしパン ぎゅうにゅう	こめ、あぶら、さとう ホットケーキミックス あずき	カレイ、なっとう みそ、ぎゅうにゅう	こまつな、もやし にんじん、さといも だいこん、ねぎ バナナ
2 16	すい	きのこたっぷりカレーうどん ちくわのいそべあげ バナナ	ごへいもちふうおにぎり ぎゅうにゅう	こめ、うどん、さとう あぶら、こむぎこ、ごま かたくりこ、カレールウ	とりにく、ちくわ、みそ ぎゅうにゅう	しいたけ、しめじ えのき、ほうれんそう にんじん、たまねぎ
3 17	もく	ごはん すぶたふう ほうれんそうのナムル チンゲンさいのちゅうかスープ バナナ	ハムチーズむしパン ぎゅうにゅう	こめ、あぶら、さとう ホットケーキミックス	ぶたにく、ハム、チーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ、にんじん じゃがいも、ピーマン だけのこ、ほうれんそう もやし、チンゲンサイ えのき、たまねぎ、バナナ
4 18	きん	ごはん さけのてりやき だいこんのおかかサラダ こまつなのみそしる バナナ	シュガーバタートースト ぎゅうにゅう	こめ、しょくパン バター、あぶら、さとう	さけ、かつおぶし ぎゅうにゅう	だいこん、きゅうり にんじん、こまつな たまねぎ、えのき、バナナ
5 19	ど	ミートスパゲッティー やさいスープ ヨーグルト	おかし ぎゅうにゅう	スパゲッティ、おかし さとう、あぶら	ぶたにく ぎゅうにゅう	たまねぎ、にんじん トマトかん、キャベツ コーン
7 28	げつ	ごはん さけのみそマヨやき キャベツのゴマあえ じゃがいもとわかめのみそしる オレンジ	おふうスク ぎゅうにゅう	こめ、こまちふ、マヨドレ さとう、バター、あぶら ごま	さけ、みそ ぎゅうにゅう	キャベツ、もやし にんじん、じゃがいも たまねぎ、オレンジ わかめ
8 29	か	ごはん とりにくのしおこうじやき こまつなのしらす和え だいこんとなめこのみそしる バナナ	ミルクむしパン ぎゅうにゅう	こめ、さとう、あぶら マーマレードジャム ホットケーキミックス バター	とりにく、しらす みそ、ぎゅうにゅう	だいこん、たまねぎ にんじん、なめこ、バナナ こまつな、もやし、ねぎ
9 30	すい	あんかけやきそば こふきいも ちゅうかスープ バナナ	ひじきおにぎり ぎゅうにゅう	ちゅうかめん、こめ じゃがいも、さとう あぶら、ごま	ぶたにく、とりにく ひじき、あおのり ぎゅうにゅう	はくさい、たまねぎ にんじん、もやし えのき、チンゲンサイ バナナ
10 24	もく	ルーローハンふう はるさめサラダ ほうれんそうのちゅうかごまスープ バナナ	かぼちゃボーロ ぎゅうにゅう	こめ、こむぎこ さとう、バター あぶら、はるさめ	ぶたにく、ぎゅうにゅう	こまつな、にんじん ほうれんそう、たまねぎ きゅうり、コーン、バナナ レーズン
11	きん	しょくばん とりにくのマーマレードやき にんじんのシンプルサラダ だいこんとこまつなのスープ バナナ	ようかん ぎゅうにゅう	しょくパン、あぶら さとう、ゆであずき マーマレードジャム	とりにく、ベーコン ぎゅうにゅう	にんじん、もやし コーン、だいこん たまねぎ、こまつな バナナ、かんでん
12 26	ど	みそいためどん わかめのすましじる ヨーグルト	おかし ぎゅうにゅう	こめ、あぶら さとう、おかし	ぶたにく、ヨーグルト みそ、ぎゅうにゅう	たまねぎ、にんじん キャベツ、わかめ
14	げつ	ごはん とりにくのごまみそやき ひじきのにも物 こまつなのみそしる オレンジ	ツナのトマトペンネ ぎゅうにゅう	こめ、あぶら さとう、ごま マカロニ	とりにく、ツナ みそ、ぎゅうにゅう	ひじき、にんじん いんげん、しいたけ しらたき、こまつな えのき、にんじん オレンジ、たまねぎ
25 (誕生日会)	きん	しょくばん チーズハンバーグ マッシュポテト ポイルブロッコリー ポトフふうスープ バナナ	スイートポテト ぎゅうにゅう	しょくばん、あぶら さとう、はんこ じゃがいも、さつまいも	ぶたにく、とりにく チーズ、ウインナー スキムミルク、なまクリーム ぎゅうにゅう	たまねぎ、にんにく ブロッコリー にんじん、しめじ キャベツ、バナナ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

※25日(金)は誕生会メニューです。

※朝おやつで牛乳を提供しています。

★野菜販売は9日(水)を予定しています。