



9月予定献立表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2026年9月

聖隷こども園桜ヶ丘

日 ひ つ け	曜 日	ぎ ょう じ 行 事	こ ん だ て め い 献 立 名	おやつ		幼 児		乳 児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
1	か 火	ぼうさいくんれん 防災訓練 ひ わ た く ん れ ん 引 き 渡 し 訓 練	アルファ米		ほぞんすい 保存水	667	22.5	494	17.8
			バナナ		ぎゅうにゅう 牛乳	19.1	1.2	14.7	1.1
2	す い 水		ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	545	20.6	424	17.0
			きのこの卵焼き			20.1	1.4	17.6	1.3
3	も く 木	JAカレー作り	カレーライス	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	658	19.3	537	17.3
			ツナきゅう			19.8	1.6	17.9	1.4
4	き ん 金		マーボーやきそば	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	631	25.5	579	22.5
			蒸かしさつま芋			25.4	1.4	21.8	1.1
5	ど 土		ピラフ	お茶	お茶	547	13.2	497	12.0
			中華スープ			21.3	1.7	18.6	1.4
7	げ つ 月		ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	539	11.6	433	11.4
			ひじき入り鶏つくね			22.4	1.4	19.5	1.3
8	か 火		豆乳パン	お茶	どうにゅう 豆乳	549	13.1	443	11.9
			◎豚肉と根菜の甘酢炒め			20.0	1.7	15.9	1.4
9	す い 水		ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	545	17.3	459	16.0
			魚の味噌煮			22.4	1.7	19.8	1.5
10	も く 木		みそラーメン	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	656	24.6	572	22.3
			焼き南瓜			20.5	1.9	19.4	1.6
11	き ん 金		変わり餃子ごはん	お茶	お茶	541	15.0	448	12.1
			人参のおかか煮			19.4	1.8	16.2	1.5
12	ど 土		ツナサンド	お茶	お茶	526	17.2	415	12.0
			ポトフ			19.9	1.6	15.3	1.1
14	げ つ 月		ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	579	14.7	465	13.9
			豚肉の甘酒生姜焼き			21.6	1.4	18.9	1.3
15	か 火		食パン	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	617	19.1	496	16.7
			魚の香草焼き			27.6	1.1	21.3	1.0
16	す い 水		ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	559	12.6	441	10.4
			鶏大根			21.3	1.5	17.1	1.2
17	も く 木		肉うどん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	698	24.2	550	19.6
			ベイクドポテト			27.6	2.0	23.5	1.5
18	き ん 金	いっぱいほいく 一泊保育	ごはん	お茶	お茶	523	18.1	425	15.4
			厚揚げの青のりマヨ焼き			17.3	1.7	14.2	1.4
19	ど 土	↓	みそ汁(キャベツ・玉ねぎ)	お茶	どうにゅう 豆乳アイス ※1	475	7.3	409	7.2
			おにぎり			15.4	1.5	13.2	1.3
21	げ つ 月	けいろう ひ 敬老の日	フルーツ	お菓子	お菓子	-	-	-	-
			ゼリー			-	-	-	-
22	か 火	こくみん きゅうじつ 国民の休日	フルーツ	お菓子	お菓子	-	-	-	-
			ゼリー			-	-	-	-
23	す い 水	しゅうぶん ひ 秋分の日	フルーツ	お菓子	お菓子	-	-	-	-
			ゼリー			-	-	-	-
24	も く 木	たんじようかい 誕生会	お楽しみメニュー	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	586	21.0	474	17.6
			お楽しみメニュー			24.9	1.7	19.5	1.3
25	き ん 金		伊賀忍者ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	637	18.8	548	17.2
			四日市とんてき風焼肉			23.8	2.0	21.2	1.8
26	ど 土		あおさのみそ汁	お茶	お茶	422	9.9	363	9.2
			バナナ			14.0	1.4	12.1	1.2
28	げ つ 月		ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	598	17.7	470	16.0
			鶏肉の山賊焼き			21.8	1.6	18.6	1.5
29	か 火		きのこのボロネーゼサンド	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	597	20.7	582	19.1
			さつま芋サラダ			22.5	1.9	20.2	1.7
30	す い 水		ごはん	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	533	17.0	422	13.8
			魚と野菜の蒸し焼き			22.7	1.6	18.0	1.3

※1について:ひよこ組、あひる組は月齢を考慮してヨーグルトやゼリーに変更いたします。

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◆お料理で全国制覇◆

今月の三重県は、伊賀の忍者が活躍していた場所として知られています。厳しい修行の合間に食べていたかもしれない!?スタミナ満点のメニューが登場します!

忍者(にんじん・じゃこ)の隠れた「伊賀忍者ごはん」、四日市名物「トンテキ」を食べやすく焼肉にアレンジしたものと、

三重のきれいな海でとれた香り豊かな「あおさ」のおみそしるを提供します。

♪ みえけんうまいもんのうた ♪ *大阪うまいもんの歌の替え歌です*

みえけんにはうまいもんが いっぱいあるんだよー あおさじる とんてき にんじゃごはん にんにん

みえけんではすてきなことが いっぱいできるんだよー ゆうえんちに すいぞくかん にんじゃにへんしん にんにん

