



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。

2026.9月 聖隷こども園にうのとり富丘

※栄養価は上段:幼児食、下段:乳児食を表記しています。

月	曜	行事	献立名	おやつ		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
				乳児・午前	乳幼児・午後				
1	火		食パン 魚と野菜の蒸し焼き 人参の甘煮	お茶	牛乳	558	25.1	14.3	1.2
			トマトスープ バナナ 牛乳	チーズ	五平餅	445	20.7	14.0	1.5
2	水		ごはん きのこの卵焼き きゅうりの昆布和え	お茶	牛乳	547	20.1	20.6	1.4
			みそ汁 (じゃが芋・油揚げ) メロン お茶	クラッカー	麩ラスク(抹茶)	434	16.4	16.7	1.2
3	木		マーボーやきそば 蒸かしさつま芋 トマト	お茶	牛乳	653	26.3	23.0	1.8
			オレンジ お茶	ヨーグルト	ホイップサンド	517	22.2	19.3	1.3
4	金		ごはん カレー肉じゃが ブロッコリー	お茶	牛乳	543	23.2	11.7	1.4
			みそ汁(ごぼう・豆腐) キウイ お茶	せんべい	カステラ	420	18.1	9.4	1.2
5	土		サンドイッチ ポトフ フルーツ	お茶	お茶	498	21.0	13.4	1.2
			ヨーグルト お茶	お菓子	お菓子	392	15.4	11.3	0.9
7	月	祖父母参観week	ごはん 豚肉の甘酒生姜焼き 青菜のお浸し	お茶	牛乳	571	21.3	14.6	1.4
			みそ汁(大根・油揚げ) バイン缶 お茶	チーズ	焼き芋	458	18.5	13.8	1.3
8	火		食パン 魚の香草焼き スパゲティサラダ	お茶	豆乳	587	25.9	17.5	1.5
			キャベツと人参のスープ バナナ 牛乳	ビスケット	ツナの炊き込みおにぎり	471	20.0	15.3	1.4
9	水		ごはん ひじき入り鶏つくね 白菜のゆかり和え	お茶	牛乳	533	21.2	13.8	1.6
			みそ汁(南瓜・麩) オレンジ お茶	せんべい	コーンマヨトースト	404	16.5	11.4	1.4
10	木		五目みそラーメン 焼き南瓜 中華きゅうり	お茶	牛乳	571	17.6	19.7	1.7
			メロン お茶	ヨーグルト	人参クッキー	498	16.8	18.0	1.5
11	金		変わり餃子ごはん 人参しりしり ブロッコリーのごまマヨ和え	お茶	牛乳	617	23.4	20.7	1.8
			みそ汁(じゃが芋・玉葱) キウイ お茶	クラッカー	マカロニきなこ	500	19.2	18.5	1.6
12	土		人参ミートソーススパゲティ コンソメスープ	お茶	お茶	563	21.8	15.6	2.0
			フルーツ ゼリー 牛乳	お菓子	お菓子	502	18.9	13.2	1.6
14	月		ごはん 魚の味噌煮 ひじきの煮もの	お茶	お茶	528	21.0	13.5	1.8
			すまし汁(大根・えのき) バイン缶 お茶	チーズ	ヨーグルト・クラッカー	426	18.5	12.3	1.8
15	火		豆乳パン ◎豚肉と根菜の甘酢炒め ◎スティックきゅうり	お茶	牛乳	584	21.8	14.8	1.5
			じゃが芋スープ バナナ 牛乳	ビスケット	おにぎり	468	17.3	13.3	1.3
16	水		ごはん 鶏大根 ブロッコリー 蒸し栗(幼児のみ)	お茶	牛乳	553	20.7	12.2	1.5
			みそ汁(豆腐・もやし) メロン お茶	クラッカー	◎米粉のお豆腐ドーナツ	432	16.7	11.5	1.3
17	木		きのこのポロネーズスパゲティ 蒸し南瓜 ツナきゅう	お茶	牛乳	558	26.1	20.7	1.6
			オレンジ 牛乳	ヨーグルト	バナナ・◎小魚※2	493	23.8	19.2	1.3
18	金		ごはん 厚揚げの青のりマヨ焼き 人参のおかか煮	お茶	お茶	499	15.9	15.6	1.4
			みそ汁(キャベツ・玉葱) キウイ お茶	せんべい	豆乳アイス※1	406	13.0	13.3	1.3
19	土	こども園発表会・講演会	おにぎり けんちん汁	お茶	お茶	465	16.2	8.5	1.5
			フルーツ ゼリー 牛乳	お菓子	お菓子	398	13.7	8.5	1.2
21	月		敬老の日			—	—	—	—
						—	—	—	—
22	火		国民の休日			—	—	—	—
						—	—	—	—
23	水		秋分の日			—	—	—	—
						—	—	—	—
24	木	食育(5歳児)	肉うどん ベイクドポテト トマト	お茶	牛乳	646	25.5	17.5	1.4
			オレンジ 豆乳	ヨーグルト	きな粉おはぎ	563	23.4	16.6	1.3
25	金		ごはん 納豆のおとし揚げ 金平ごぼう	お茶	牛乳	548	17.4	14.9	1.5
			みそ汁(青菜・麩) メロン お茶	せんべい	ゼリー・せんべい	428	13.7	11.6	1.2
26	土		チャーハン 中華スープ	お茶	お茶	408	16.2	4.9	1.9
			フルーツ ヨーグルト お茶	お菓子	お菓子	330	13.4	3.9	1.5
28	月		ごはん 鶏肉の山椒焼き キャベツのたくあん和え	お茶	牛乳	606	22.8	17.3	1.6
			みそ汁(豆腐・しめじ) バイン缶 お茶	チーズ	あんパン	487	19.7	15.9	1.7
29	火		サーモングリルサンド さつま芋サラダ トマト	お茶	お茶	613	24.8	18.4	1.9
			野菜のミルクスープ バナナ 牛乳	クラッカー	ごはんでみたらし団子	481	18.8	15.2	1.4
30	水		伊賀忍者ごはん 四日市とんてき風焼肉 ブロッコリーのおかか和え	お茶	牛乳	540	21.8	18.6	2.0
			あおさのみそ汁 キウイ お茶	せんべい	ガーリックポテト	427	17.7	15.3	1.7

完了食(0・1歳児)のおやつは月齢を考慮し、※1ゼリーやヨーグルトに変更します。 ※2小魚は提供しません。

仕入れの都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

◆お料理で全国制覇◆

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。今月の給食では、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ます。そして、磯の香り豊かな「あおさ」のみそ汁に入れて、楽しみたいと思います。

♪ みえけんうまいものうた ♪

大阪うまいものの歌の替え歌です

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

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

