

令和8年度

9月

3色栄養食材 ☆ 献立表

エンジェル保育園

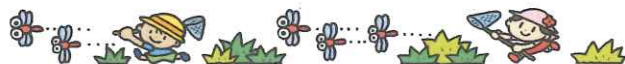


日	曜		おやつ	未満児おやつ	赤(血や肉になる食品)	黄(力や熱になる食品)	緑(体の調子を整える食品)
1	火	みそおでん おかかあえ 麩の味噌汁	牛乳 スコーン(めろん組ソフトクリーム)	ボーロ	あつあげ ぶたにく ちくわ みそ うすあげ かつおぶし	こんにやく さとう おつゆふ	にんじん だいこん はくさい こまつな たまねぎ しめじ
2	水	豚肉のアップルソース パンパンジーサラダ めった汁	牛乳 豆乳くずもち	カステラ	ぶたにく ささみ うすあげ みそ	さとう ごまあぶら ごま さつまいも	しょうが りんご たまねぎ キャベツ にんじん だいこん はくさい
3	木	マーボー豆腐 ラーメンサラダ 中華風コンスープ	牛乳 カルピスゼリー	せんべい	とうふ ひきにく みそ ハム ぶたにく	さとう かたくりこ ごまあぶら ラーメン ごま	たまねぎ キャベツ にんじん にんにく しょうが きゅうり こまつな グリンピース コーン
4	金	サバの味噌煮 きんぴらごぼう ★太きゅうりのとうみスープ	牛乳 メロン	ウエハース	さば みそ さつまあげ ひきにく	さとう しらたき ごま かたくりこ	しょうが ごぼう にんじん たまねぎ ふとぎゅうり しょうが
5	土	焼きそば フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	カステラ	ぶたにく ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン フルーツ
7	月	鶏のふわふわ揚げ キャベツとちくわのゴマポン けんちん汁	牛乳 手作りクッキー(ぶどう組ソフトクリーム)	クラッカー	とりにく ぎゅうにゅう ちくわ ひきにく	ホットケーキミックス あぶら ごまあぶら かたくりこ	キャベツ にんじん ごぼう だいこん
8	火	照り焼きハンバーグ ナムル 春雨スープ	牛乳 たぬきおにぎり	ビスケット	ひきにく とうふ ツナ ぶたにく	ばんこ さとう かたくりこ はるさめ ごま あぶら	たまねぎ もやし こまつな にんじん コーン はくさい
9	水	鮭の焼き漬け 五目ひじき かきたま汁	牛乳 さつまいもパン	ボーロ	さけ ひじき うすあげ ぶたにく ひきにく たまご	さとう しらたき	にんじん たまねぎ えのき みつば
10	木	グラタン 切干大根のはりはりあえ ポトフ	牛乳 梨	カステラ	とりにく ぎゅうにゅう ちくわ チーズ ベーコン ウインナー	マカロニ シチュールウ ばんこ さとう ごま じゃがいも	たまねぎ きりぼしだいこん きゅうり にんじん キャベツ
11	金	ポークチャップ ★五郎島金時のスイートポテトサラダ ワンタンスープ	牛乳 小豆ミルク蒸しパン	せんべい	ぶたにく だいず ハム ぎゅうにゅう ひきにく	さとう さつまいも マヨネーズ ワンタン	たまねぎ にんにく きゅうり レーズン だいこん ねぎ
14	月	鶏のオレンジ焼き ツナサラダ きのこと汁	牛乳 スイートポテト	ウエハース	とりにく うすあげ ツナ みそ	ママレードジャム マヨネーズ	しょうが にんにく きゅうり キャベツ にんじん しいたけ しめじ なめこ ねぎ
15	火	揚げ豆腐 じゃこサラダ なすの味噌汁	牛乳 バターシュガートースト(みかん組ソフトクリーム)	クラッカー	とうふ ひきにく たまご しらす うすあげ みそ	あぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ もやし こまつな なす
16	水	白身魚のみそマヨ焼き ゆで豚のポン酢和え クリームシチュー	牛乳 おふかりんとう(もも組ソフトクリーム)	ビスケット	ほき みそ ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	マヨネーズ ごま さとう マカロニ じゃがいも シチュールウ	にんじん もやし たまねぎ
17	木	～いもほりセブンより～ ★さつまいもごはん カレイのムニエル 塩昆布サラダ 茄子そうめん	お茶 キッチンカーがやってくる! アイスクリーム	ボーロ	カレイ ちくわ こんぶ ひきにく	さつまいも ごま こむぎこ オリーブオイル マヨドレ そうめん	パセリ きゅうり キャベツ にんじん なす しめじ ねぎ
18	金	すき焼き風煮 春雨サラダ 玉葱としめじの味噌汁	牛乳 水ようかん	カステラ	ぶたにく とうふ ハム うすあげ みそ	しらたき さとう おつゆふ はるさめ ごまあぶら	ねぎ えのき はくさい にんじん キャベツ きゅうり しめじ たまねぎ
19	土	五目うどん フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	ボーロ	ぶたにく うすあげ ぎゅうにゅう	ゆでうどん さとう	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい フルーツ
24	木	ポークカレー ひじきサラダ	牛乳 おはぎ	せんべい	ひきにく ひじき ツナ	じゃがいも カレールウ マヨネーズ	にんじん たまねぎ きゅうり コーン
25	金	★五郎島金時のかき揚げ ゆかりあえ 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 マーラーカオ(職員ソフトクリーム)	ウエハース	ちくわ とうふ うすあげ みそ	さつまいも こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり もやし なめこ
26	土	ミートスパ フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	ビスケット	ひきにく ぎゅうにゅう	スパゲティ さとう	たまねぎ なす トマトかん フルーツ
28	月	みそ味噌焼肉風 南瓜サラダ じゃがいもの味噌汁	牛乳 小倉クリームサンド	クラッカー	ぶたにく みそ ハム わかめ	ごまあぶら マヨネーズ じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ もやし かぼちゃ きゅうり
29	火	甘酢肉団子 コールスロー 青菜とえのきのスープ	牛乳 ちんすこう	ビスケット	ミートボール ハム ひきにく	さとう かたくりこ マヨネーズ	グリンピース キャベツ コーン にんじん こまつな えのき たまねぎ
30	水	サバのしょうが焼き なつとうあえ オクラと豆腐の味噌汁	お茶 フルーツヨーグルト	ボーロ	サバ なつとう チーズ とうふ うすあげ みそ	さとう かたくりこ	しょうが こまつな もやし にんじん オクラ

■1ヶ月の平均は、エネルギー378kcal、たんぱく質17.5g、脂質16g、食塩1.7gです。

■17日(木)は誕生会です。

■★マークは加賀・地元野菜を使用したメニューです。



今月の絵本給食



「いもほりセブン」もしたいいづみ作 ふくだいわお絵

子どもたちがいもほりをしていると、いもほりセブンが登場! さつまいもを掘るコツを教えたり、焼き芋屋さんになってトラックに乗ってきたりと芋ほり行事を盛り上げます。おいしそうなさつまいもの料理がたくさん登場するので、見ているだけでおなかの鳴っちゃういもほりの絵本です。