



令和8年度

9月の予定献立表

あさひ保育園



日	曜	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ	
			血や筋肉や骨をつくる	力や体温にちる	体の調子を整える	午前(未満児)	午後(全員)
1	火	高野豆腐の酢豚風 わかめスープ 小松菜とハムのサラダ	高野豆腐 ハム 鶏肉 わかめ(乾) スイムミルク いりこ	菜種油 中華味 濃口醤油 三温糖 米酢 片栗粉 ごま ごま油 薄口醤油 食塩 みりん	竹の子 玉ねぎ 人参 しいたけ ピーマン 小松菜 えのき しいたけ(乾) 葉ねぎ	牛乳 パインアップル	スキムミルク いりこ ビスコ
2	水	●牛肉と玉ねぎの甘辛煮 友禅和え 赤だし	牛肉 木綿豆腐 麦味噌 赤味噌 パールアガー スキムミルク いりこ	和風だし みりん 濃口醤油 薄口醤油 ごま 米酢 上白糖	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 なめこ 葉ねぎ みかん(缶) 黄桃(缶) パイン(缶)	牛乳 ミニサラダ	スキムミルク いりこ ★フルーツゼリー
3	木	鮭のマヨネーズ焼き 野菜スープ 梨	鮭 牛乳 卵 ベーコン いりこ	食塩 サラダ油 マヨネーズ 塩こしょう みりん 薄口醤油 コンソメ	パセリ(乾) 人参 玉ねぎ しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ 梨	牛乳 Caウエハース	牛乳 いりこ 源氏パイ
4	金	冷やしラーメン 照り焼きミートボール ふりかけ	豚肉 肉団子 スキムミルク いりこ	中華麺(乾) 中華味 鶏がらスープ 食塩 おろししょうが・にんにく 濃口醤油 薄口醤油 ラード 三温糖 みりん 濃口醤油 薄力粉 菜種油	キャベツ もやし 玉ねぎ 人参 葉ねぎ	牛乳 バナナ	スキムミルク いりこ ★ちんすこう
5	土	白身フライ マカロニサラダ コンソメスープ	白身フライ ハム ベーコン スキムミルク いりこ	菜種油 マヨネーズ 食塩 濃口醤油 コンソメ 薄口醤油 マカロニ 塩こしょう みりん 料理酒	きゅうり 玉ねぎ コーン 人参 しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ	牛乳 たべっこBABY	スキムミルク いりこ おにぎりせんべい
6	日						
7	月	●サバカレー汁 ひじきサラダ フルーツミックス	サバ ひじき(乾) ツナ 卵 牛乳 スキムミルク いりこ	じゃがいも サラダ油 カレールウ 食塩 和風ドレッシング ホットケーキミックス 有塩バター	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ コーン グリンピース みかん(缶) パイン(缶) 黄桃(缶) りんご	牛乳 玄米小丸	スキムミルク いりこ ★ホットケーキ
8	火	家常豆腐 春雨サラダ 中華スープ	厚揚げ 豚肉 ハム 鶏肉 麦味噌 スキムミルク いりこ	塩こしょう 食塩 料理 にんにく 春雨 中華味 ごま油 マヨネーズ みりん 薄口醤油	キャベツ 人参 ピーマン 竹の子 きゅうり コーン しめじ しいたけ(乾) 葉ねぎ	牛乳 りんご	スキムミルク いりこ たべっこどうぶつ
9	水	●鶏そぼろ ごま酢和え 赤だし	鶏挽肉 竹輪 木綿豆腐 麦味噌 赤味噌 スキムミルク	三温糖 濃口醤油 料理酒 米酢 ごま ごま油 和風だし 薄口醤油 みりん 白玉粉 片栗粉	ブロッコリー 人参 コーン 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 アンパンマン ひとくちビスケット	スキムミルク いりこ ★みたらし団子
10	木	魚の天ぷら 昆布の佃煮 すまし汁	タラ 卵 野菜昆布 厚揚げ 竹輪 かまぼこ さつまあげ あおさのり(乾) 木綿豆腐 スキムミルク いりこ	食塩 薄力粉 サラダ油 菜種油 三温糖 濃口醤油 和風だし 食塩 薄口醤油 料理酒	人参 竹の子 グリンピース えのき 玉ねぎ 葉ねぎ	牛乳 梨	スキムミルク いりこ ベジたべる
11	金	親子うどん さつまいもの甘煮 オレンジ	鶏肉 卵 かまぼこ スキムミルク いりこ	うどん(乾) 和風だし 薄口醤油 濃口醤油 みりん 食塩 三温糖 さつまいも 薄力粉 有塩バター ベーキングパウダー グラニュー糖	玉ねぎ 人参 葉ねぎ 豆苗 オレンジ	牛乳 ぱりんこ	スキムミルク いりこ ★クッキー
12	土	シチュー サラダ ふりかけ	鶏肉 牛乳 スキムミルク いりこ	じゃがいも サラダ油 シチュールウ 和風ドレッシング ふりかけ	人参 玉ねぎ しめじ グリンピース ブロッコリー キャベツ きゅうり コーン	牛乳 おっとっと	スキムミルク いりこ せんべい
13	日						
14	月	●冷汁 鶏肉の味噌漬け焼き パナナ	ツナ 絹ごし豆腐 海苔 鶏肉 麦味噌 卵 牛乳 スキムミルク いりこ	和風だし 中砂糖 薄口醤油 料理酒 三青楼 みりん ごま油 薄力粉 ベーキングパウダー 有塩バター サラダ油	トマト しいたけ(乾) きゅうり 葉ねぎ パナナ	牛乳 アスパラガス	スキムミルク いりこ ★ワッフル
15	火	鮭の塩焼き 味噌汁 こんにゃくとさつまあげの甘辛煮	鮭 さつまあげ 麦味噌 スキムミルク いりこ	食塩 濃口醤油 みりん ごま かぼちゃ 和風だし	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ 葉ねぎ	牛乳 オレンジ	スキムミルク いりこ プリッツ
16	水	●八宝菜 パインアップル 鶏レバーの甘露煮	豚肉 エビ イカ あさり かまぼこ さつまあげ うすらの卵(缶) 鶏レバー スキムミルク いりこ	サラダ油 中華味 三温糖 薄口醤油 濃口醤油 料理酒 片栗粉 さつまいも 上白糖 ごま	白菜 玉ねぎ 人参 きくらげ(乾) 葉ねぎ にら	牛乳 マリー	スキムミルク いりこ ★大学芋
17	木	肉じゃが 竹輪サラダ 味噌汁	牛肉 竹輪 木綿豆腐 わかめ(乾) 麦味噌 牛乳 いりこ	じゃがいも 糸こんにゃく サラダ油 三温糖 みりん 濃口醤油 マヨネーズ 米酢 和風だし	人参 玉ねぎ グリンピース きゅうり キャベツ コーン 葉ねぎ	牛乳 りんご	牛乳 いりこ Caせんべい
18	金	いなり寿司 魚の照り焼き (誕生会) 酢の物 赤だし ゼリー	油揚げ サバ しらす干し わかめ(乾) カニカマ 木綿豆腐 麦味噌 赤味噌 アイスクリュー	米酢 上白糖 食塩 ごま みりん 濃口醤油 料理酒 サラダ油 三温糖 和風だし 薄口醤油 ゼリー チョコソース	きゅうり もやし 玉ねぎ 人参 なめこ 葉ねぎ	牛乳 うしくんクッキー	スキムミルク いりこ ★パフェ
19	土	クロワッサン (パンの日) ポトフ アンパンマンジュース	ウィンナー スキムミルクいりこ	クロワッサン じゃがいも コンソメ 料理酒 みりん 薄口醤油 アンパンマンジュース	大根 人参 玉ねぎ セロリ キャベツ しめじ コーン 葉ねぎ	牛乳 ぱりんこ	スキムミルク いりこ ビスケット
20	日						
21	月	敬老の日					
22	火	国民の休日					
23	水	秋分の日					
24	木	●麻婆豆腐 ナムル 卵スープ	合挽肉 木綿豆腐 鶏肉 卵 牛乳 麦味噌 スキムミルク いりこ	サラダ油 おろししょうが・にんにく 三温糖 濃口醤油 中華味 薄口醤油 みりん 料理酒 薄力粉 グラニュー糖 ココア ベーキングパウダー	人参 玉ねぎ グリンピース もやし ほうれん草 しめじ えのき しいたけ(乾) にら	牛乳 バナナ	スキムミルク いりこ ★ココア蒸しパン
25	金	ナポリタン コンソメスープ 梨	豚肉 ベーコン あんこ きな粉 スキムミルク いりこ	スパゲティ サラダ油 塩こしょう コンソメ ケチャップ 薄口醤油 うるち米 上白糖	玉ねぎ 人参 マッシュルーム(缶) ピーマン しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ 梨	牛乳 セブーレ	スキムミルク いりこ ★おはぎ
26	土	豚肉のしょうが焼き わかめともやしの和え物 味噌汁	豚肉 わかめ(乾) ツナ 麦味噌 スキムミルク いりこ	濃口醤油 みりん 料理酒 おろししょうが サラダ油 薄口醤油 食塩 和風だし	玉ねぎ もやし きゅうり キャベツ えのき 人参 葉ねぎ	牛乳 マンナウエハース	スキムミルク いりこ ビスコ
27	日						
28	月	●キーマカレー ツナサラダ 冷製コーンスープ	豚挽肉 大豆(水煮) ツナ 牛乳 いりこ	おろししょうが・にんにく サラダ油 野菜ジュース カレールウ ウスターソース 和風ドレッシング 三温糖 塩こしょう うるち米	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト ブロッコリー コーン きゅうり コーンクリーム(缶) グリンピース	牛乳 マンナビスケット	スキムミルク いりこ お茶 いりこ ★おにぎり
29	火	からあげ 豚汁 納豆	鶏肉 豚肉 厚揚げ 麦味噌 納豆 スキムミルク いりこ	料理酒 おろししょうが・にんにく みりん 濃口醤油 片栗粉 こんにゃく 里芋	大根 人参 ごぼう 葉ねぎ	牛乳 パインアップル	スキムミルク いりこ マリー
30	水	●鶏飯スープ 鶏飯 フルーチェ(バナナ)	鶏肉 卵 牛乳 魚肉ソーセージ 海苔 鰹節 あおのり スキムミルク	和風だし 食塩 みりん 料理酒 三温糖 たくあん 薄口醤油 濃口醤油 フルーチェ 薄力粉 天かす たこ焼きソース	ほうれん草 しいたけ(乾) 人参 葉ねぎ キャベツ	牛乳 コンポタせん	スキムミルク いりこ ★たこ焼き

※献立の中の主な食材をグループ分けしています。このグループ分けには、未満児の朝のおやつと昼食(ごはん)は含まれていません。

★は、手作りおやつです。●は、ご飯に掛けてもよい献立です。

☆ 中秋の名月「お月見」
中秋の名月を「十五夜」ともいいます。
十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫
に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせない
お団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり
子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物や
ススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。

9月9日は、ゆり組の
クッキング活動です。

“だんご”
をつくれます



※保護者の皆様へ※

- ・爪を短く切っておいてください。
- ・指に傷があるお子さん、当日体調が悪い
お子さんも教えてください。爪が長かったり、
指の切り傷、体調が悪いお子さんは、
当日の活動内容を変更させていただくこともあります。