

2026年

9月給食予定献立表

はーとらいふ保育園

日	曜	献立名	おやつ	おもな食品と体内でのたらしき			エネルギー
				血や肉、骨となるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	
				赤の食品	緑の食品	黄の食品	
1	火	カレーライス マカロニサラダ すまし汁	バナナ	豚肉	玉葱 人参 胡瓜 コーン しょうが キャベツ	米 マカロニ じゃが芋 サラダ油 マ ヨネーズ	436 Kcal
2	水	ジャージャー麺 南瓜サラダ すまし汁	ウエハース	豚肉	玉葱 筍 椎茸 南瓜 胡瓜	麺 サラダ油 グラニュー糖 ごま油 マヨネーズ	382 Kcal
3	木	ご飯 赤魚のみりん焼き 野菜炒め みそ汁	オレンジ	赤魚 ハム	小松菜 玉葱 ピーマン 人参	米 グラニュー糖 サラダ油	300 Kcal
4	金	ご飯 肉みそ豆腐 さつま芋のレモン煮 すまし汁	せんべい	豚肉 豆腐	玉葱 長葱 ほうれん草 人参 しょうが にんにく	米 さつま芋 サラダ油 ごま油 グ ラニュー糖 片栗粉	367 Kcal
5	土	ご飯 親子煮 スパゲッティサラダ みそ汁	ビスケット	鶏肉 卵 ツナ	玉葱 人参 椎茸	米 グラニュー糖 マヨネーズ	417 Kcal
7	月	ご飯 焼肉 春雨マヨネーズ和え みそ汁	クラッカー	豚肉	玉葱 キャベツ 人参 胡瓜 しょうが にんにく	米 春雨 サラダ油 ごま油 マヨ ネーズ	411 Kcal
8	火	ご飯 鯖の照焼き キャベツソテー すまし汁	バナナ	鯖 ポークランチョンミート	キャベツ パプリカ	米 グラニュー糖 サラダ油	321 Kcal
9	水	あんかけ焼きそば 青のりポテト すまし汁	ハーベスト	豚肉 かまぼこ	白菜 人参 きくらげ 玉葱 ピーマ ン	麺 じゃが芋 サラダ油 ごま油	349 Kcal
10	木	ご飯 酢鶏 そうめんチャンプルー みそ汁	ゼリー	鶏肉 ツナ	玉葱 筍 椎茸 人参 ピーマン ニ ラ	米 麺 サラダ油 ごま油 グラ ニュー糖 片栗粉 大豆油	421 Kcal
11	金	ご飯 豚肉と野菜の味噌炒め 南瓜の煮物 すまし汁	オレンジ	豚肉	キャベツ 玉葱 人参 椎茸 アスパ ラガス 南瓜	米 ごま油 サラダ油 グラニュー糖	331 Kcal
12	土	ご飯 赤魚の照り煮 ポテトサラダ みそ汁	ぼたぼた焼き	赤魚	玉葱 人参 小松菜	米 グラニュー糖 マヨネーズ	316 Kcal
14	月	ご飯 白身魚のポテトチーズ焼き そうめんチャンプルー みそ汁	ウエハース	鰯 チーズ ツナ	玉葱 パセリ 椎茸 人参 ニラ	米 麺 じゃが芋 サラダ油	386 Kcal
15	火	カレーライス ツナサラダ すまし汁	せんべい	豚肉 ツナ	玉葱 人参 胡瓜 パセリ わかめ えのき	米 じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ	428 Kcal
16	水	沖縄そば 三枚肉煮つけ 竹輪と玉葱磯辺焼き	バナナ	豚肉 竹輪	玉葱 ねぎ のり	麺 グラニュー糖 大豆油 天ぷら粉	389 Kcal
17	木	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 里芋煮物 みそ汁	せんべい	鶏肉 チーズ	人参 パセリ ねぎ	米 パン粉 里芋 グラニュー糖	286 Kcal
18	金	ご飯 照焼きハンバーグ ブロッコリー中華和え みそ汁	オレンジ	豚肉 麩	ブロッコリー 玉葱 人参	米 サラダ油 グラニュー糖 片栗粉	339 Kcal
19	土	ご飯 チキンシチュー ほうれん草の胡麻和え すまし汁	ビスケット	鶏肉	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー 法 らんそう もやし コーン	米 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ 油	345 Kcal
24	木	けんちんうどん お好み焼き風 卵サラダ	クラッカー	豚肉 豆腐 卵	大根 人参 ごぼう ねぎ 玉葱 も ずく胡瓜	麺 小麦粉 大豆油	380 Kcal
25	金	ご飯 すき焼き風煮 パパイヤチャンプルー みそ汁	プリン	豚肉 豆腐 ツナ	白菜 人参 ねぎ こんにゃく 椎茸 パパイヤ ニラ	ご飯 サラダ油 グラニュー糖	407 Kcal
26	土	ご飯 バーベキューチキン マカロニサラダ みそ汁	ハーベスト	鶏肉 卵 ハム	ニンニク 生姜 きゅうり ほうれん草	ご飯 サラダ油 グラニュー糖	376 Kcal
28	月	ご飯 豚肉の塩だれ炒め ゴーヤーの卵とじ みそ汁	ぼたぼた焼き	豚肉 卵	パプリカ 人参 生姜 玉葱 ゴー ヤー	ご飯 サラダ油	357 Kcal
29	火	焼うどん 五目金平 みそ汁	オレンジ	豚肉 かつお節	人参 キャベツ ピーマン もやし 玉 葱ごぼう こんにゃく いんげん	麺 サラダ油 グラニュー糖 ごま油	315 Kcal
30	水	ご飯 鶏肉のトマトソース煮 麩ちゃんぷるー すまし汁	ウエハース	鶏肉 卵	玉葱 ブロッコリー ニラ もやし 人 参 トマト	米 麩 じゃが芋 小麦粉 サラダ油 グラニュー糖	474 Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承ください。

2026年

9 月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保育園

月		火		水		木		金		土	
		1日		2日		3日		4日		5日	
		昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) 白菜煮(白菜・昆布だし) 汁(人参・玉葱・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(玉葱・麩・昆布だし)
		おやつ	バナナ	おやつ	乳児菓子	おやつ	オレンジ	おやつ	せんべい	おやつ	ビスケット
7日		8日		9日		10日		11日		12日	
昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 大根煮(大根・昆布だし) 汁(玉葱・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)
おやつ	乳児菓子	おやつ	バナナ	おやつ	乳児菓子	おやつ	乳児菓子	おやつ	オレンジ	おやつ	乳児菓子
14日		15日		16日		17日		18日		19日	
昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)
おやつ	乳児菓子	おやつ	せんべい	おやつ	バナナ	おやつ	せんべい	おやつ	オレンジ	おやつ	ビスケット
21日		22日		23日		24日		25日		26日	
	敬老の日		国民の休日		秋分の日	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏ささ身・人参・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)
						おやつ	乳児菓子	おやつ	乳児菓子	おやつ	乳児菓子
28日		29日		30日							
昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)						
おやつ	乳児菓子	おやつ	オレンジ	おやつ	乳児菓子						

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。