

9月献立表

認定こども園モモ

令和8年度

日	曜日		3～5歳児 幼児食	2歳児 うめ乳児食	1歳児 かりん乳児食
1 ・ 15 ・ 29	火	昼	ポークカレーライス 春雨サラダ パナナ		鶏ひき肉と野菜のカレーリゾット
		おやつ	梅おかかご飯	梅おかかご飯	梅おかか野菜ご飯
2 ・ 16 ・ 30	水	昼	雑穀ご飯 ししゃもの衣焼き ひじきと高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁	ひじきの野菜ご飯 魚の塩焼き キャベツの味噌汁	ひじきの野菜ご飯 魚の塩焼き 味噌汁
		おやつ	レーズンケーキ・豆乳	レーズンケーキ・豆乳	レーズンケーキ・豆乳
3 ・ 17	木	昼	大豆入りミートソーススパゲッティ ふかし南瓜	大豆入りミートソースリゾット ふかし南瓜	大豆入りミートソースリゾット ふかし南瓜
		おやつ	コーンご飯	コーンご飯	コーン野菜ご飯
4 ・ 18	金	昼	ご飯 肉じゃが 青菜の納豆和え 4日れんこん金平18日おはぎ	肉じゃが野菜ご飯 豆腐とえのきの味噌汁	肉じゃが野菜ご飯 味噌汁
		おやつ	バナナケーキ	バナナケーキ	バナナケーキ
5 ・ 19	土	昼	ひじきの炊き込みご飯 さつま芋サラダ 生揚げといんげんの味噌汁	ひじきの炊き込み野菜ご飯 さつま芋サラダ 生揚げといんげんの味噌汁	ひじきの炊き込み野菜ご飯 さつま芋サラダ 味噌汁
		おやつ	ゼリー・ふがし	ゼリー・ふがし	ゼリー・ふがし
7	月	昼	雑穀ご飯 鶏の照り焼き ポテトサラダ 根菜の味噌汁	鶏ひき肉と野菜ご飯 ポテトサラダ 根菜の味噌汁	鶏ひき肉と野菜ご飯 ポテトサラダ 味噌汁
		おやつ	みかんゼリー・ビスケット	みかんゼリー・せんべい	みかんゼリー・せんべい
8	火	昼	雑穀ご飯 チリコンカン ひじきのサラダ パナナ		チリコンカンのリゾット ひじきのサラダ パナナ
		おやつ	人参クラッカー	人参クラッカー	人参クラッカー
9	水	昼	雑穀ご飯 魚のバター風醤油焼き 高野豆腐の煮物 なめこと玉葱の味噌汁	高野豆腐の野菜ご飯 魚のバター風醤油焼き なめこと玉葱の味噌汁	高野豆腐の野菜ご飯 魚のバター風醤油焼き 味噌汁
		おやつ	手作りジャムサンド・豆乳スープ	青のりラスク・豆乳スープ	青のりラスク・豆乳スープ
10 ・ 24	木	昼	カレーうどん 果物	鶏ひき肉と野菜のカレーリゾット 果物	鶏ひき肉と野菜のカレーリゾット 果物
		おやつ	いなりご飯	いなりご飯	いなり野菜ご飯
11 ・ 25	金	昼	ご飯 鮭と季節野菜の豆乳シチュー フレンチサラダ 11日果物 25日みたらし団子		鮭と季節野菜の豆乳シチューリゾット フレンチサラダ
		おやつ	さつま芋蒸しパン	さつま芋蒸しパン	さつま芋蒸しパン
12 ・ 26	土	昼	チキンライス スパゲティサラダ 油揚げとえのきの味噌汁	チキンライスリゾット スパゲティサラダ 油揚げとえのきの味噌汁	チキンライスリゾット スパゲティサラダ 味噌汁
		おやつ	カリカリ坊や	カリカリ坊や	カリカリ坊や
14 ・ 28	月	昼	雑穀ご飯 和風ハンバーグ 切干大根のナムル	鶏ひき肉と季節の野菜のご飯 切干大根ナムル	鶏ひき肉と季節の野菜のご飯 切干大根ナムル
		おやつ	ひじき炊き込みご飯	ひじき炊き込みご飯	ひじきおこわ野菜ご飯
平均栄養価			3～5歳児		1歳児
			エネルギー	506 kcal	エネルギー
			たん白	18.7 g	たん白
			脂質	14.8 g	脂質
			炭水化物	82.9 g	炭水化物
			食塩	0.9 g	食塩
			2歳児		
			エネルギー	447 kcal	
			たん白	14.2 g	
			脂質	11.3 g	
			炭水化物	71.4 g	
			食塩	0.7 g	
			1歳児		
			エネルギー	424 kcal	
			たん白	13.0 g	
			脂質	10.8 g	
			炭水化物	69.0 g	
			食塩	0.6 g	

*1～2歳の栄養価には補食の午前おやつが含まれています。

*3～5歳の手作りおやつは**太字**で記しています。

*飲み物は通常、麦茶となります。