

令和8年 9月分 献立表 かすみ台第二保育園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	未満児 0.1.2	以上児 3.4.5
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
1 ／ 火	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ドリア風ライス ジュリエンスープ 豚しゃぶサラダ 果物(オレンジ)	精白米／胚芽米／強化米(サブリ米)／とうもろこし(冷凍)／薄力粉／有塩バター／サラダ油／ごま(いり)／三温糖／ごま油／無塩バター／ホットケーキmix(森永)	牛乳／鶏小間／スキムミルク／ベーコン(無添加)／豚ロース(赤肉)／★たまご／★調製豆乳	にんじん／玉葱／だいこん／セロリー／ほうれんそう／りょくとうもやし／きゅうり／こまつな／バレンシアオレンジ／バナナ	牛乳	E164 ⁻	496 kcal	556 kcal
					☆バナナパウンドケーキ	たんぱく質	17.8 g	19.2 g
					牛乳	脂 質	21.0 g	23.0 g
						食塩相当量	1.3 g	1.6 g
2 ／ 水	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ぶどうパン コーンチャウダー タンドリーチキン マカロニサラダ 果物(梨) 0.1歳児 バナナ	ぶどうパン／とうもろこし缶詰(クリーム)／とうもろこし(冷凍)／もじやがいも／インスタントマカロニ／精白米／強化米(サブリ米)	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／ブルガリアヨーグルト／ハム(無添加)／手もみ造り本かつお節	玉葱／にんじん／おろしにんにく(チューブ)／きゅうり／日本なし	麦茶	E164 ⁻	446 kcal	547 kcal
					☆おほかおにぎり	たんぱく質	21.0 g	24.9 g
					牛乳	脂 質	16.5 g	17.8 g
						食塩相当量	1.7 g	2.0 g
3 ／ 木	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ごはん 味噌汁(大根) かじきの酢豚風 ひじきとツナの和え物 果物(ピオーネ) 0.1歳児 バナナ	精白米／強化米(サブリ米)／かたくり粉／じゃがいも／三温糖／ごま(いり)／ごま油／三温糖／食パン ⑥／無塩バター／サラダ油／粉糖	牛乳／油揚げ／だしパック無添加だし／まかじき(ブツ)／干ひじき(ステンレ釜、乾)／ツナフレークレトルト／手もみ造り本かつお節／★たまご	だいこん／長ねぎ／玉葱／にんじん／青ピーマン／キャベツ／ピオーネ	牛乳	E164 ⁻	463 kcal	502 kcal
					☆フレンチトースト	たんぱく質	23.4 g	25.0 g
					牛乳	脂 質	15.2 g	14.6 g
						食塩相当量	1.6 g	2.0 g
4 ／ 金	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 親子丼 味噌汁(あおさ) ごまドレッシングサラダ 果物(バナナ)	精白米／胚芽米／強化米(サブリ米)／三温糖／とうもろこし缶詰(クリーム)／白すり胡麻／じゃがいも／サラダ油／薄力粉	牛乳／鶏若鶏肉ひき肉／鶏小間／★たまご／ひとえぐさ(素干し)／だしパック無添加だし／スキムミルク	玉葱／根みつば／ブロッコリー／キャベツ／きゅうり／にんじん／バナナ	牛乳	E164 ⁻	457 kcal	531 kcal
					☆味噌ポテト	たんぱく質	18.5 g	20.4 g
					牛乳	脂 質	14.3 g	14.5 g
						食塩相当量	1.6 g	1.9 g
5 ／ 土	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 スパゲティーナポリタン コーンとひき肉のスープ ブロッコリーサラダ 果物(バナナ)	スパゲッティ／サラダ油／とうもろこし缶詰(クリーム)／とうもろこし缶詰(クリーム)／塩せんべい／★ハードビスケット	牛乳／★あらびきウィンナー／鶏若鶏肉ひき肉／まぐろ缶詰(油漬)／レークイト／牛乳100ml	にんじん／青ピーマン／玉葱／ブロッコリー／きゅうり／キャベツ／バナナ	牛乳	E164 ⁻	480 kcal	527 kcal
					せんべい、クッキー	たんぱく質	17.7 g	18.8 g
					牛乳	脂 質	19.1 g	19.2 g
						食塩相当量	1.7 g	1.9 g
7 ／ 月	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ミルクロール オクラスープ マカロニグラタン トマトサラダ 果物(バナナ)	ミルクロール／インスタントマカロニ／サラダ油／有塩バター／薄力粉／パン粉(乾燥)／三温糖／ごま油／精白米／強化米(サブリ米)	牛乳／日高昆布／鶏小間／スキムミルク／粉チーズ／ちりめんじゃこ／干ひじき(ステンレ釜、乾)	刻みオクラ(冷凍)／玉葱／にんじん／ブロッコリー／トマト／ほうれんそう／きゅうり／玉葱／バナナ	麦茶	E164 ⁻	450 kcal	521 kcal
					☆ひじきおにぎり	たんぱく質	17.3 g	18.8 g
					牛乳	脂 質	14.8 g	15.2 g
						食塩相当量	2.0 g	2.2 g
8 ／ 火	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ごはん 味噌汁(なめこ) 焼きそば 肉じゃが 果物(オレンジ)	精白米／強化米(サブリ米)／じゃがいも／しらたき／サラダ油／三温糖	牛乳／絹ごし豆腐／だしパック無添加だし／生鮭／豚小間／フランクフルト(無添加)	なめこ／玉葱／にんじん／バレンシアオレンジ	牛乳	E164 ⁻	412 kcal	509 kcal
					フランクフルト 0才児 蒸しパン	たんぱく質	21.9 g	29.4 g
					牛乳	脂 質	15.6 g	19.5 g
						食塩相当量	1.5 g	1.9 g
9 ／ 水	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 きつねうどん かき揚げ ソーセージサラダ 果物(ピオーネ) 0.1歳児 オレンジ	うどん(ゆで)／三温糖／さつまいも／薄力粉／サラダ油／三温糖／ホットケーキmix(昭和)／無塩バター	牛乳／だしパック無添加だし／日高昆布／油揚げ／さくらえび(素干し)／魚肉ソーセージ／のむのむ ヨーグルト／★たまご／サラダチーズ	長ねぎ／こまつな／ほうれんそう／玉葱／キャベツ／きゅうり／にんじん／ピオーネ	飲むヨーグルト	E164 ⁻	456 kcal	505 kcal
					☆チーズカップケーキ ※ つくし組 ピザトースト	たんぱく質	15.7 g	16.1 g
					牛乳	脂 質	17.2 g	17.9 g
						食塩相当量	1.5 g	1.8 g
10 ／ 木	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 五分づき米 味噌汁(豆腐) 鶏唐揚げ ポテトサラダ 果物(梨) 0.1歳児 バナナ	水稲穀粒(半つき米)／強化米(サブリ米)／かたくり粉／サラダ油／じゃがいも／フランスパン／無塩バター／グラニュー糖	牛乳／絹ごし豆腐／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／だしパック無添加だし／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／ハム(無添加)	にんじん／きゅうり／日本なし	牛乳	E164 ⁻	459 kcal	536 kcal
					☆ラスク	たんぱく質	18.1 g	21.9 g
					牛乳	脂 質	17.7 g	21.1 g
						食塩相当量	1.6 g	1.8 g
11 ／ 金	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 カレーライス 舞茸と小松菜スープ ツナサラダ ヨーグルト	精白米／胚芽米／強化米(サブリ米)／じゃがいも／サラダ油／三温糖／ホットケーキmix(森永)／メープルシロップ	牛乳／豚小間／ツナフレークレトルト／おなかにおいていヨーグルト／★たまご	玉葱／にんじん／葉ねぎ／こまつな／まいたけ／きゅうり／キャベツ	牛乳	E164 ⁻	477 kcal	521 kcal
					☆ホットケーキ	たんぱく質	19.4 g	20.2 g
					牛乳	脂 質	15.6 g	15.5 g
						食塩相当量	1.5 g	1.7 g
12 ／ 土	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 中華丼 チキンスープ もやしのナムル プリン	精白米／ごま油／かたくり粉／ごま(いり)／三温糖／★三連プリン(乳・卵)／じゃがいも	牛乳／豚小間／ロールいか／むきえび／鶏小間／カニカマ卵なし	はくさい／にんじん／たけのこ(ゆで)／生しいたけ(菌床栽培、生)／玉葱／ブロッコリー／もやし／きゅうり	牛乳	E164 ⁻	500 kcal	524 kcal
					☆ゆでじゃがいも	たんぱく質	19.7 g	20.6 g
					牛乳	脂 質	20.2 g	19.4 g
						食塩相当量	1.2 g	1.5 g
14 ／ 月	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ごはん 味噌汁(玉ねぎ) チキンの照焼き 春雨サラダ 果物(バナナ)	精白米／強化米(サブリ米)／普通はるめ(乾)／インスタントマカロニ／三温糖	牛乳／油揚げ／だしパック無添加だし／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／ハム(無添加)／きな粉(大豆)	玉葱／きゅうり／にんじん／バナナ	牛乳	E164 ⁻	494 kcal	534 kcal
					☆マカロニのきな粉	たんぱく質	22.2 g	22.1 g
					牛乳	脂 質	20.8 g	20.4 g
						食塩相当量	1.4 g	1.5 g

令和8年 9月分 献立表 かすみ台第二保育園

日 ／ 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ 午後 午前	栄 養 価	未満児	以上児
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			0.1.2	3.4.5
15 ／ 火	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ジャージャーめん きのこスープ 蒸し鶏と野菜のゴマ酢和え 果物(オレンジ)	中華めん／三温糖／ごま油／かたくり粉／白すり胡麻／コッペパン(大)／サラダ油／粉糖	牛乳／豚ひき肉／日高昆布／鶏若鶏肉ささ身	きゅうり／玉葱／にんにく／おろしにんにく(チューブ)／しょうが／えのきたけ／ほんしめじ／ブロッコリー／りょくとうもやし／こまつな／バレンシアオレンジ	牛乳 ☆揚げパン	エネルギーたんぱく質	472 kcal 22.0 g	532 kcal 24.1 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	16.4 g 1.8 g	16.6 g 2.1 g
16 ／ 水	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ごはん 味噌汁(もやし) チーズはんぺんフライ 0才児 鮭フライ カミカミサラダ 果物(ピオーネ) 0.1バナナ	精白米／強化米(サブリ米)／薄力粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／お好み焼き粉	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／削り節(マルモト)／★はんぺんちーず／いかくん製／スキムミルク／★たまご／豚ひき肉／さくらえび(素干し)／あおのり／手もみ造り本かつお節	りょくとうもやし／玉葱／きゅうり／だいこん／にんにく／ごぼう／ピオーネ／キャベツ／長ねぎ	牛乳 ☆お好み焼き 0才児 ホットケーキ	エネルギーたんぱく質	472 kcal 19.4 g	523 kcal 21.0 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	16.9 g 1.4 g	16.9 g 2.0 g
17 ／ 木	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ごはん 味噌汁(キャベツ) 鯖のみそ煮 ごまマヨ和え 果物(オレンジ)	精白米／強化米(サブリ米)／三温糖／ごま(いり)／三温糖／ホットケーキmix(昭和)／サラダ油	牛乳／油揚げ／だしパック無添加だし／まきさば／エダムチーズ／木綿豆腐	キャベツ／玉葱／しょうが／きゅうり／にんにく／ブロッコリー／バレンシアオレンジ	牛乳 ☆もちもちチーズ	エネルギーたんぱく質	456 kcal 20.6 g	526 kcal 24.3 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	17.1 g 1.5 g	20.8 g 1.6 g
18 ／ 金	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 コッペパン トマトスープ スパニッシュオムレツ シュフレサラダ 果物(バナナ)	コッペパン(大)／いちごジャム／じゃがいも／三温糖／サラダ油／ごま油／三温糖／もち米／精白米／強化米(サブリ米)	牛乳／ベーコン(無添加)／★たまご／ハム(無添加)／あずき(乾)	トマト缶詰(ダイス)／キャベツ／玉葱／にんにく／青ピーマン／きゅうり／バナナ	麦茶 ☆おはぎ	エネルギーたんぱく質	440 kcal 17.6 g	510 kcal 18.9 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	11.0 g 1.6 g	10.4 g 2.0 g
19 ／ 土	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 そばろごはん 味噌汁(豆腐) 豆サラダ ヨーグルト	精白米／三温糖／じゃがいも／塩せんべい／★ハードビスケット	牛乳／豚ひき肉／たら(でんぷ)／絹ごし豆腐／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／だしパック無添加だし／大豆(国産、ゆで)／ハム(無添加)／おなかにおいしいヨーグルト／牛乳100ml	にんにく／きゅうり／キャベツ	牛乳 せんべい、クッキー	エネルギーたんぱく質	496 kcal 23.1 g	532 kcal 24.4 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	19.7 g 1.7 g	19.5 g 1.9 g
24 ／ 木	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ジャムサンド オニオンスープ ポークビーンズ フレンチサラダ 果物(バナナ)	食パン ⑧／いちごジャム／じゃがいも／三温糖／サラダ油／パインシート	牛乳／豚小間／大豆(国産、ゆで)／ハム(無添加)／のむのむヨーグルト／ベーコン(無添加)	玉葱／セロリ／にんにく／トマトピューレ／きゅうり／キャベツ／バナナ	飲むヨーグルト ☆ベーコンポテトパイ	エネルギーたんぱく質	438 kcal 17.6 g	541 kcal 20.5 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	18.3 g 1.9 g	20.1 g 2.3 g
25 ／ 金	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 栗ご飯 豚汁 チキン南蛮 ごま味噌和え 果物(梨) 0.1歳児 バナナ	精白米／強化米(サブリ米)／日本ぐり(甘露煮)／ごま塩／糸こんにゃく／かたくり粉／サラダ油／三温糖／白すり胡麻／三温糖／★パパロリア(ストロベリー)	牛乳／豚小間／だしパック無添加だし／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／アズキホイップ クリーム	にんにく／だいこん／はくさい／ねぎ／ごぼう／玉葱／キャベツ／ブロッコリー／もやし／日本なし／フルーツソース	牛乳 ☆いちごパパロア	エネルギーたんぱく質	453 kcal 17.7 g	551 kcal 22.2 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	19.8 g 1.3 g	24.4 g 1.5 g
26 ／ 土	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ハヤシライス 若布と玉葱スープ ツナサラダ ゼリー	精白米／じゃがいも／サラダ油／三温糖／グレープゼリー／食パン⑧／無塩バター／グラニュー糖	牛乳／豚小間／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／ツナフレークレトルト	にんにく／玉葱／ねぎ／きゅうり／キャベツ	牛乳 ☆シュガートースト	エネルギーたんぱく質	481 kcal 18.3 g	532 kcal 19.2 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	15.9 g 1.9 g	16.0 g 2.0 g
28 ／ 月	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 マーボー丼 中華風スープ 三色ナムル 果物(梨) 0.1歳児 オレンジ	精白米／胚芽米／強化米(サブリ米)／サラダ油／ごま油／三温糖／かたくり粉／さつまいも	牛乳／しほり豆腐／豚ひき肉／豚小間／カニカマ卵なし	葉ねぎ／にら／しょうが／おろしにんにく(チューブ)／りょくとうもやし／にんにく／玉葱／こまつな／日本なし	牛乳 ☆ふかしもち	エネルギーたんぱく質	451 kcal 19.0 g	502 kcal 20.6 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	17.3 g 1.1 g	18.1 g 1.3 g
29 ／ 火	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 ハンバーガー ミネストローネ コールスローサラダ 果物(バナナ) ※0.1歳児 ハンバーガー→パン・ハンバーガー	バーガーパン／パン粉(乾燥)／三温糖／じゃがいも／インスタントマカロニ／とうもろこし缶詰(ホル)／サラダ油／精白米／強化米(サブリ米)／ごま油	牛乳／豚ひき肉／スキムミルク／鶏小間／焼き豚／★たまご	玉葱／キャベツ／にんにく／トマト缶詰(ダイス)／トマトピューレ／きゅうり／バナナ／こねぎ	麦茶 ☆チャーハン	エネルギーたんぱく質	406 kcal 17.6 g	505 kcal 20.6 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	12.8 g 1.3 g	13.1 g 1.7 g
30 ／ 水	主食 ／ 汁 ／ 副食 ／ 果物 麦ごはん 味噌汁(舞茸) ブルコギ風 チョレギサラダ 果物(オレンジ)	精白米／押し麦／強化米(サブリ米)／ごま油／薄力粉／無塩バター／グラニュー糖	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／だしパック無添加だし／豚小間／豚ロース(スライス)／ハム(無添加)／韓国のり／スキムミルク	まいたけ／玉葱／にんにく／にら／キャベツ／きゅうり／バレンシアオレンジ	牛乳 ☆マールクッキー	エネルギーたんぱく質	498 kcal 19.1 g	565 kcal 20.6 g
					牛乳	脂 質 食塩相当量	21.0 g 1.2 g	22.7 g 1.3 g
(★印はアレルギー除去対象食品です) 食材の都合で献立内容を変更する場合があります。 ☆は手作りおやつです。 3歳より上のクラスは朝のおやつはありません。					月平均栄養価	未満児	以上児	
					エネルギー	463 kcal	527 kcal	
					たんぱく質	19.3 g	21.5 g	
					脂質	17.1 g	18.1 g	
					食塩相当量	1.5 g	1.8 g	