



令和8年9月 さくらの木保育園 献立表



・1,2歳児は午前中に牛乳を飲みます。
・材料等の都合で献立作が変更することがありますのでご了承ください。
詳しくはサンプルケースをご覧ください。

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
1 ・ 15 (火)	天然酵母パン 魚のステーキ グリーンポテト 人参グラッセ トマトスープ オレンジ	・酵母パン ・鮭 片栗粉 玉葱 油 三温糖 酢 しょうゆ パプリカ ・じゃが芋 塩 青のり ・人参 バター 三温糖 ・キャベツ 玉葱 人参 セロリ スパゲティ にんにく 油 ・トマト缶 洋風だし 塩 パセリ ・オレンジ	牛乳 葱チャーハン 米 焼き豚 長葱 胡麻油 塩 胡椒 万能葱	エネルギー 551kcal たんぱく質 23.6g
2 ・ 16 (水)	ごはん 筑前煮 ほうれん草の磯辺和え なめこの味噌汁 すいか	・米 ・鶏肉 生姜 ごぼう 人参 こんにゃく 里芋 いんげん 油 鰹節 三温糖 しょうゆ 酒 ・ほうれん草 海苔 しょうゆ ・豆腐 なめこ 長葱 味噌 煮干 ・すいか	牛乳 ケーキサレ 小麦粉 ベーキングパウダー オリーブ油 三温糖 塩 牛乳 玉葱 人参 小松菜 南瓜 ベーコン 卵	エネルギー 521kcal たんぱく質 19.1g
3 ・ 17 (木)	お好みラーメン 小魚サラダ なすのから揚げ 梨	・中華麺 焼き豚 人参 もやし ほうれん草 かまぼこ 海苔 わかめ 万能葱 塩 しょうゆ 胡麻油 にんにく 長葱 煮干 昆布鰹節 ・しらす キャベツ トマト コーン缶 ひじき しょうゆ 塩 味醂 酢 ・なす 生姜 にんにく しょうゆ 片栗粉 油 ・梨	牛乳 スイートポテトパン 強力粉 三温糖 塩 イースト さつま芋 バター 生クリーム 紫芋パウダー	エネルギー 578kcal たんぱく質 22.9g
4 (金)	ごはん 鶏肉の味噌煮 小松菜のお浸し 田舎汁 ぶどう	・米 ・鶏肉 塩 えのき しめじ 玉葱 味醂 味噌 ・小松菜 人参 油揚げ 鰹節 しょうゆ 三温糖 ・大根 人参 里芋 れんこん 豆腐 塩 しょうゆ 昆布 鰹節 ・ぶどう	牛乳 手作り胡麻せんべい 小麦粉 胡麻 塩 胡麻油 油	エネルギー 506kcal たんぱく質 20.5g
5 ・ 19 (土)	ナポリタン フレンチサラダ コーンスープ 梨	・スパゲティ 玉葱 人参 ピーマン 油 鶏肉 ベーコン 塩 ケチャップ チーズ パセリ ・キャベツ きゅうり 人参 塩 酢 三温糖 油 ・クリームコーン缶 玉葱 コーン缶 塩 牛乳 昆布出汁 ・梨	牛乳 せんべい バナナ	エネルギー 597kcal たんぱく質 19.7g
7 (月)	タコライス もずくの天ぷら 人参しりしり 春雨スープ メロン	・米 豚肉 玉葱 トマト缶 ケチャップ ソース カレー粉 三温糖 油 レタス トマト チーズ ・もずく 玉葱 塩 小麦粉 油 ・人参 もやし ツナ缶 しょうゆ 三温糖 胡麻 ・春雨 大根 ほうれん草 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・メロン	牛乳 ちんすこう ・小麦粉 ラード 三温糖 黒砂糖	エネルギー 580kcal たんぱく質 18.6g
8 ・ 29 (火)	ぶどうパン きのこグラタン れんこんと ベーコンのマヨ炒め かぶのスープ すいか	■ぶどうパン ・鶏肉 マカロニ 玉葱 ピーマン エリンギ しめじ マッシュルーム えのき 油 塩 小麦粉 牛乳 バター 胡椒 パン粉 チーズ パセリ ・れんこん ベーコン さやえんどう マヨネーズ しょうゆ 青のり ・かぶ かぶの葉 人参 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・すいか	牛乳 フルーツカルピスゼリー カルピス 寒天 ゼラチン 三温糖 みかん缶 メロン りんご缶 ウエハース	エネルギー 516kcal たんぱく質 22.2g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
9 ・ 30 (水)	炊き込みごはん サンマの塩焼き 切り干し大根の胡麻和え 味噌汁 梨	・米 鶏肉 ごぼう しめじ しいたけ まいたけ 油揚げ 三温糖 しょうゆ いんげん ・サンマ 塩 ・切り干し大根 きゅうり 人参 鰹節 しょうゆ 胡麻 マヨネーズ ・玉葱 南瓜 小松菜 味噌 煮干 ・梨	牛乳 焼きバナナスモア バナナ マシュマロ バター 三温糖 生クリーム	エネルギー 564kcal たんぱく質 19.2g
10 (木) ・ 25 (金)	ごはん 豚肉の野菜あんかけ 南瓜のオープン焼き 味噌汁 ぶどう	・米 ・豚肉 塩 片栗粉 油 れんこん 玉葱 ピーマン 赤ピーマン 人参 三温糖 しょうゆ 酢 ・南瓜 オリーブ油 塩 ・いんげん 豆腐 油揚げ 白菜 味噌 煮干 ・ぶどう	麦茶 チヂミ 米粉 ウインナー にら コーン缶 チーズ 塩 胡麻油 しょうゆ 三温糖	エネルギー 571kcal たんぱく質 20.1g
11 (金)	めかぶとオクラの ねばねばうどん 里芋の肉あんかけ トマト メロン	・うどん 納豆 めかぶ オクラ 鰹節 しょうゆ 塩 味噌 長葱 海苔 昆布鰹節 ・里芋 鶏肉 しょうゆ 味噌 生姜 万能葱 ・トマト ・メロン	牛乳 ライスコロッケ 米 トマトジュース 豚肉 玉葱 ピーマン チーズ ケチャップ 小麦粉 パン粉 油 パセリ	エネルギー 536kcal たんぱく質 21.8g
12 ・ 26 (土)	ロールパン 鶏肉のカルカッタ風 野菜炒め 牛乳 オレンジ	■ロールパン ・鶏肉 胡椒 塩 人参 にんにく 生姜 長葱 油 トマトピューレー トマトジュース カレー粉 三温糖 ・キャベツ ピーマン 玉葱 ベーコン 油 塩 しょうゆ ・牛乳 ・オレンジ	牛乳 クラッカー せんべい	エネルギー 531kcal たんぱく質 23.4g
14 ・ 28 (月)	ごはん 肉団子きのこソースがけ ブロッコリーと チーズのおかか和え 味噌汁 ぶどう	・米 ・豚肉 酒 片栗粉 玉葱 長葱 油 しょうゆ 味噌 塩 三温糖 しめじ まいたけ えのき ・ブロッコリー 人参 チーズ しょうゆ 鰹節 ・豆腐 里芋 長葱 大根 味噌 煮干 ・ぶどう	牛乳 冷やし中華 中華麺 焼き豚 人参 きゅうり トマト 冷やし中華のタレ	エネルギー 570kcal たんぱく質 23.2g
24 (木)	お月見天ぷらうどん 魚の香味ハンバーグ ほうれん草の白和え りんご	・うどん 油揚げ しょうゆ 三温糖 玉葱 長葱 味噌 塩 さつまいも 小麦粉 油 さやえんどう 昆布鰹節 ・鰹 玉葱 長葱 生姜 みょうが しそ 油 味噌 三温糖 バター ・ほうれん草 人参 コーン缶 豆腐 胡麻 しょうゆ 三温糖 ・りんご	牛乳 うさぎのおはぎ 米 もち米 きな粉 三温糖 塩 小豆 さつまいも	エネルギー 584kcal たんぱく質 21.1g
18 (金) 誕生 会 	秋野菜カレー カラフル野菜のすりおろし ドレッシングかけ ベーコンスープ メロン	・米 豚肉 人参 玉葱 さつまいも れんこん しめじ 小麦粉 バター カレー粉 塩 ケチャップ ソース りんご セロリ 油 牛乳 しょうゆ 干しぶどう チーズ グリンピース なす オクラ ・ブロッコリー カリフラワー トマト コーン缶 人参 玉葱 にんにく 塩 ケチャップ 酢 オリーブ油 三温糖 パセリ ・ベーコン 白菜 ほうれん草 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・メロン	りんごジュース 梨とチーズのバターケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 クリームチーズ バター 梨 クラッカー	エネルギー 578kcal たんぱく質 22.9g