



9月の給食献立表 (完了期 12～18ヶ月頃)

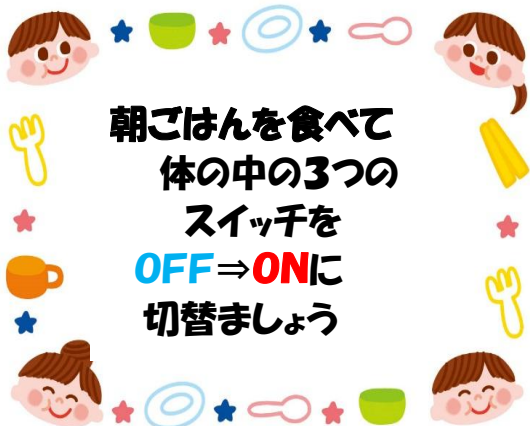


令和8年度

八潮市立保育所

日・曜	10時の おやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名			
				血や肉になる (赤の仲間)	熱や力になる (黄色の仲間)	からだの調子を整える (緑の仲間)	その他 (調味料等)
1 火	ミルク 又は牛乳	食パン ひき肉のピザ風 ほうれん草ときのこのソテー 白菜とベーコンのスープ	ミルク又は牛乳 いなりごはん	ミルク 牛乳 チーズ ベーコン 油揚げ 豚肉 卵	食パン 大豆油 パン粉 米 砂糖	玉ねぎ にんじん コーン缶 ピーマン しめじ ほうれん草 もやし 白菜	こしょう ナツメグ ケチャップ 塩 しょうゆ コンソメ みりん
15 火							
2 月	ミルク 又は牛乳	そうめん 豆腐とトマトのサラダ 麦茶	ミルク又は牛乳 青のりポテト	ミルク 牛乳 豆腐 青のり 昆布 鰹節 豚肉 味噌	そうめん 砂糖 ごま油 片栗粉 フライドポテト 大豆油	もやし きゅうり ねぎ にんじん トマト	しょうゆ 穀物酢 みりん 麦茶
16 水							
3 木	ミルク 又は牛乳	わかめ軟飯又はわかめごはん 鶏の照り焼き キャベツのごま和え 味噌汁	ミルク又は牛乳 バナナ	ミルク 牛乳 鶏肉 油揚げ 味噌 昆布 鰹節 わかめ	米 砂糖 ごま もち米	キャベツ しめじ にんじん なす ねぎ ほうれん草 バナナ	わかめふりかけ 酒 しょうゆ みりん
17 木							
4 金	ミルク 又は牛乳	ポークバーンズ マカロニサラダ かぼちゃのポタージュ	ミルク又は牛乳 やわらか中華おこわ	ミルク 牛乳 豚肉 ロースハム 焼豚 桜えび 昆布 鰹節	ホットロールパン 大豆油 小麦粉 砂糖 マカロニ マヨネーズ マーガリン 米 もち米	玉ねぎ きゅうり にんじん かぼちゃ 椎茸 枝豆	ケチャップ ウスターソース コンソメ しょうゆ 塩 酒
5 土							
19 土	ミルク 又は牛乳	やわらかうどん いちご味ヨーグルト 麦茶		ミルク 牛乳 鰹節 昆布 豚肉 ヨーグルト わかめ	うどん 大豆油 すりごま 焼き麩	キャベツ にんじん ピーマン 椎茸 ねぎ	塩 しょうゆ
7 月							
24 木	ミルク 又は牛乳	ロールパン 鶏肉のトマト煮 梨 夏野菜のクリームシチュー	ミルク又は牛乳 アメリカンドック	ミルク 牛乳 わかめ ベーコン 魚肉ソーセージ 鶏肉	バターロール 砂糖 小麦粉 マーガリン 大豆油 ホットケーキミックス	きゅうり トマト にんじん 梨 なす かぼちゃ 玉ねぎ ピーマン	しょうゆ コンソメ 塩
8 火							
25 金	ミルク 又は牛乳	こまちゃんカレー フルーツヨーグルト 麦茶	ミルク又は牛乳 いもようかん	ミルク 牛乳 ひよこ豆 ヨーグルト 豚肉	米 じゃがいも 大豆油 砂糖 さつまいも カレールウ	玉ねぎ にんじん 小松菜 にんにく 生姜 バナナ もも缶 みかん缶	麦茶 寒天
9 水							
28 月	ミルク 又は牛乳	やわらかスパゲティミートソース さつまいもサラダ レタスとコーンのスープ	ミルク又は牛乳 ベビービスケット	ミルク 牛乳 豚肉 チーズ	スパゲティ 大豆油 小麦粉 さつまいも マヨネーズ ベビービスケット	玉ねぎ 小松菜 レタス にんじん にんにく しょうが きゅうり コーン缶 赤ピーマン	コンソメ ケチャップ 中濃ソース こしょう しょうゆ
10 木							
29 火	ミルク 又は牛乳	軟飯又はごはん 回鍋肉風 スンドゥブ風スープ	ミルク又は牛乳 こまちゃんホットケーキ	ミルク 牛乳 味噌 豆腐 昆布 豚肉	米 大豆油 砂糖 ごま油 片栗粉 ホットケーキミックス	キャベツ 玉ねぎ にんじん ピーマン 生姜 にんにく ねぎ しめじ 椎茸 小松菜パウダー	テンメンジャン 顆粒鶏がら しょうゆ こしょう
11 金							
30 水	ミルク 又は牛乳	秋刀魚の蒲焼丼 海草サラダ 味噌汁	ミルク又は牛乳 黒糖レーズン パウンドケーキ	ミルク 牛乳 ツナ缶 わかめ 味噌 煮干 卵 昆布 秋刀魚	米 片栗粉 大豆油 ごま油 バター 砂糖 じゃがいも 黒糖蒸しパンミックス	にんじん きゅうり コーン缶 玉ねぎ えのき茸 干しぶどう	しょうゆ みりん 穀物酢
12 土							
26 土	ミルク 又は牛乳	豚丼 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト		ミルク 牛乳 豚肉 鰹節 昆布 油揚げ 味噌 煮干	米 しらたき 大豆油 砂糖	にんじん 玉ねぎ 大根 えのき茸	酒 しょうゆ みりん
14 月							
18 金	ミルク 又は牛乳	やわらかきつねうどん 磯辺揚げ キャベツの塩昆布あえ ミニゼリー	ミルク又は牛乳 鮭と枝豆のごはん	ミルク 牛乳 油あげ 焼き竹輪 青のり 卵 鮭 塩昆布 昆布 鰹節	うどん 大豆油 砂糖 小麦粉 すりごま 米 ミニゼリー	ほうれん草 玉ねぎ にんじん キャベツ 椎茸 もやし 枝豆	塩 しょうゆ みりん
18 金							
誕生会	ミルク 又は牛乳	ポークバーンズ マカロニサラダ かぼちゃのポタージュ	ミルク又は牛乳 きなこかけごはん	ミルク 牛乳 ロースハム きなこ 豚肉	ホットロールパン 大豆油 小麦粉 砂糖 マカロニ マヨネーズ マーガリン 米	玉ねぎ きゅうり にんじん かぼちゃ	ケチャップ ウスターソース コンソメ しょうゆ 塩 酒
誕生会							
誕生会	ミルク 又は牛乳	三色ご飯 まめなサラダ 夏野菜豚汁	ミルク又は牛乳 フラワーカップ	ミルク 牛乳 ツナ缶 豚肉 味噌 昆布 鰹節 卵 鶏肉 高野豆腐	米 砂糖 大豆油 白ごま ごま油 食パン コーンスターチ	生姜 ほうれん草 なす もやし にんじん 枝豆 きゅうり キャベツ 大根 トマト 椎茸 オクラ もも缶	しょうゆ みりん 穀物酢
誕生会							

※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。



朝ごはんを食べて
体の中の3つの
スイッチを
OFF⇒ONに
切替ましょう

～体の中の3つのスイッチとは～

- ・食事をとると体温上昇 (体のスイッチON)
- ・食事をとると血糖値上昇 (脳のスイッチON)
- ・食事をとると胃腸が活発に動く (お腹のスイッチON)

誕生会の日程



八条保育所	25 (金)
伊草保育所	18 (金)
南川崎保育所	25 (金)
古新田保育所	10 (木)