

令和8年 9月

給食予定献立表（アレルギー）

伊勢田こども園

日	曜	献立名	使用材料				おやつ	栄養価		
			赤 血や肉になるもの	青 体の調子を整えるもの	黄 力や体温となるもの	その他 調味料		乳児／幼児		
1	火	ご飯 オイポン炒め 大根のツナサラダ レタスのスープ	豚肉 ツナ、鰹節	エリンギ、チンゲン菜、 しょうが 大根、人参 レタス	米 三温糖、なたね油 三温糖	ぼん酢しょうゆ、 オイスターソース→除去 酢、こいくち醤油 鶏がらスープ	牛乳、オレンジ お楽しみ菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	522 kcal 19.7 g 18.6 g	552 kcal 19.9 g 17.4 g
2	水	ご飯 切り干し大根のカレー煮 もやしときゅうりの和え物	牛肉、鰹節	切り干し大根、玉葱、人参、 グリンピース もやし、きゅうり	米 なたね油、三温糖 三温糖	こいくち醤油、純カレー 酢、薄口醤油	牛乳、とうもろこし、 野菜スティック →ミニハート	エネルギー たんぱく質 脂質	429 kcal 17.3 g 9.9 g	450 kcal 17.1 g 8.3 g
3	木	ご飯 辛くないヤンニョムチキン 大根ときゅうりの甘酢漬け 若布ともやしのスープ	鶏肉	にんにく きゅうり、大根 若布、もやし	米 片栗粉、なたね油、三温糖、 胡麻、米粉 三温糖	こいくち醤油、みりん、 トマトケチャップ 酢、水 鶏がらスープ	牛乳、(手)豆腐ドーナツ (手)豆腐ドーナツ(完了期) →米粉ドーナツ	エネルギー たんぱく質 脂質	539 kcal 23 g 18.9 g	573 kcal 23.5 g 18.4 g
4	金	ご飯 赤魚の竜田揚げ 赤魚の竜田焼き（完了期） キャベツの中華和え 白菜とえのきのすまし汁	あこうだい 鰹節	しょうが 人参、キャベツ 白菜、えのき茸	米 片栗粉、なたね油 胡麻油、三温糖	こいくち醤油、酒 薄口醤油 薄口醤油、塩	牛乳、梨、胚芽ビスケット →りんご →米粉クッキー	エネルギー たんぱく質 脂質	638 kcal 20.3 g 26.7 g	688 kcal 21.2 g 27.6 g
5	土	トントん丼 キャベツのスープ	鰹節、豚肉	玉葱、人参、葱 キャベツ	米、三温糖、片栗粉 なたね油	酒、薄口醤油、こいくち醤油 水 鶏がらスープ	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	317 kcal 17.1 g 5.6 g	281 kcal 15.4 g 2 g
7	月	ご飯 タラのコーンマヨ焼き カニもやし 大根の味噌汁	すけとうだら かに風味かまぼこ→ササミ 鰹節	もやし、若布 大根、玉葱	米 クリームコーン缶 胡麻、胡麻油	マヨネーズ、こいくち醤油 鶏がらスープ 味噌	牛乳、(手)ココアサンド →米粉ココアサンド	エネルギー たんぱく質 脂質	555 kcal 24.2 g 20.9 g	590 kcal 24.8 g 20.6 g
8	火	さつま芋ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き チンゲン菜の和え物 しめじのすまし汁	鶏肉 ちりめん雑魚、糸鰹 鰹節	 チンゲン菜、人参 しめじ、玉葱	米、さつま芋 三温糖、胡麻油、胡麻	塩 こいくち醤油、味噌、みりん 酒 こいくち醤油 塩、薄口醤油	りんごヨーグルト、 →りんごゼリー きな粉ウエハース →野菜スナック	エネルギー たんぱく質 脂質	543 kcal 24.9 g 17.7 g	526 kcal 23.7 g 15.3 g
9	水	豚なす丼 ポッリ-のスープ	豚肉	なす、しょうが、玉葱、人参 ブロッコリー、キャベツ、 えのき茸	米、なたね油	こいくち醤油、みりん 鶏がらスープ、 こいくち醤油	牛乳、バナナ、 まあるいクラッカー →サラダせんべい	エネルギー たんぱく質 脂質	489 kcal 21 g 11.7 g	497 kcal 21.2 g 10.3 g
10	木	カレーライス ちくわの和え物	牛肉 ちくわ	玉葱、人参 キャベツ	米、じゃが芋、なたね油	カレールウ（バーモンド） →カレールウ（カレーの王子さま） こいくち醤油	チーズ、ひじきあられ →りんご	エネルギー たんぱく質 脂質	477 kcal 17.7 g 15.8 g	476 kcal 16.5 g 13.5 g
11	金	ご飯 豚カツ 豚肉のパン粉焼き（完了期） パンプキンサラダ ほうれん草のスープ	豚ひれ	 かぼちゃ、人参 ほうれん草、もやし	米 小麦粉、パン粉、なたね油 →米粉、米パン粉 コーン	塩こしょう、 トマトケチャップ、 ウスターソース マヨネーズ、塩こしょう 鶏がらスープ	牛乳、(手)プレーンケーキ →米粉ケーキ	エネルギー たんぱく質 脂質	646 kcal 21.7 g 23.5 g	697 kcal 23.7 g 23.7 g
12	土	麦ロール コンソメスープ		玉葱、ミックスベジタブル	麦ロール→米粉パン じゃが芋	鶏がらスープ	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	226 kcal 7.5 g 7.5 g	236 kcal 6.2 g 5.6 g
14	月	煮込みうどん ゆかりご飯	豚肉、油揚げ→除去、鰹節	玉葱、ほうれん草、人参	うどん→米粉麺、三温糖 米	薄口醤油 ゆかり	牛乳、オレンジ、 カリボテスナック →星っこせんべい	エネルギー たんぱく質 脂質	503 kcal 24 g 11 g	537 kcal 24.7 g 9.7 g
15	火	ご飯 赤魚の煮付け キャベツの中華和え 白菜とえのきのすまし汁	あこうだい 鰹節	しょうが 人参、キャベツ 白菜、えのき茸	米 三温糖 胡麻油、三温糖	薄口醤油、酒 薄口醤油 塩、薄口醤油	牛乳、ぶどう、 →りんご キヌアかりんとう →米粉クッキー	エネルギー たんぱく質 脂質	454 kcal 21.6 g 13.4 g	483 kcal 21.9 g 12.4 g
16	水	ご飯 八宝菜 きゅうりのマヨネーズ和え	豚肉、ムキエビ→除去 ちりめん雑魚	人参、玉葱、キャベツ、白菜、 干し椎茸 きゅうり、若布	米 三温糖、片栗粉、なたね油	薄口醤油、鶏がらスープ マヨネーズ、こいくち醤油	(手)塩昆布ツナおにぎり	エネルギー たんぱく質 脂質	517 kcal 19 g 12.8 g	520 kcal 17.7 g 10.1 g
17	木	ご飯 切り干し大根のカレー煮 もやしときゅうりの和え物	牛肉、鰹節	切り干し大根、玉葱、人参、 グリンピース もやし、きゅうり	米 なたね油、三温糖 三温糖	こいくち醤油、純カレー 酢、薄口醤油	牛乳、梨→りんご お豆腐屋さんのおせんべい →うすやきせんべい	エネルギー たんぱく質 脂質	452 kcal 17.6 g 13 g	473 kcal 17.4 g 11.7 g

		平均栄養価	目標栄養価
乳児	エネルギー	516 kcal	550kcal
	たんぱく質	21.2 g	20.0g
	脂質	16.0 g	12～18g
幼児	エネルギー	540 kcal	580kcal
	たんぱく質	21.4 g	22.4g
	脂質	14.9 g	14～20g

※ 平均栄養価には土曜日の栄養価は含まれていません。

- ※ 子どもたちがより楽しく食べられるように献立内容を変更しています。
- ※ 子どもたちに話を聞いたり、献立内容にご意見があればまたお聞かせください。
- ※ 都合により、献立・食材を変更する場合があります。
- ※ 栄養価は、昼食と3時のおやつの合計です。（乳児は10時の牛乳が含まれているため、乳児栄養価が幼児栄養価を上回る場合があります）
- ※ 土曜日の栄養価には3時のおやつは含まれていません。
- ※ 土曜日のおやつはお楽しみ菓子です。
- ※ 完了期は揚げ物を焼き物に変更しています。
- ※ マヨネーズ・ちくわは卵を使っていないものを使用しています。
- ※ ふじ組が育てた夏野菜を給食に出す場合があります。

日	曜	献立名	使用材料				おやつ	栄養価		
			赤 血や肉になるもの	青 体の調子を整えるもの	黄 力や体温となるもの	その他 調味料		乳児／幼児		
18	金	ご飯 オイポン炒め 大根のツナサラダ レタスのスープ	豚肉 ツナ、鰹節	エリンギ、チンゲン菜、 しょうが 大根、人参 レタス	米 三温糖、なたね油 三温糖	ぼん酢しょうゆ、 オイスターソース→除去 酢、こいくち醤油 鶏がらスープ	牛乳、(手)あんこスコーン →米粉あんこスコーン	エネルギー たんぱく質 脂質	490 kcal 19.5 g 17.7 g	521 kcal 19.6 g 17 g
19	土	お弁当日です。					菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g
24	木	ごま塩おにぎり 具だくさん鶏汁	鶏肉、鰹節	ごぼう、大根、人参、玉葱、葱	米、黒胡麻 里芋	塩 味噌、みりん、薄口醤油	牛乳、 (手)マカロニのきな粉和え →(手)米粉パスタのみたらし和え	エネルギー たんぱく質 脂質	451 kcal 18.5 g 11.4 g	474 kcal 18.4 g 9.8 g
25	金	さつま芋ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き チンゲン菜の和え物 しめじのすまし汁	鶏肉 ちりめん雑魚、糸鰹 鰹節	 チンゲン菜、人参 しめじ、玉葱	米、さつま芋 三温糖、胡麻油、胡麻	塩 こいくち醤油、味噌、みりん 酒 こいくち醤油 薄口醤油、塩	牛乳、(手)お月見羊かん →(手)オレンジお月見羊かん	エネルギー たんぱく質 脂質	599 kcal 28.8 g 19.7 g	620 kcal 29.9 g 19 g
26	土	トントントン丼 キャベツのスープ	鰹節、豚肉	玉葱、人参、葱 キャベツ	米、三温糖、片栗粉 なたね油	酒、薄口醤油、こいくち醤油 水 鶏がらスープ	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	317 kcal 17.1 g 5.6 g	281 kcal 15.4 g 2 g
28	月	煮込みうどん ゆかりご飯	豚肉、油揚げ→除去、鰹節	玉葱、ほうれん草、人参	うどん→米粉麺、三温糖 米	薄口醤油 ゆかり	牛乳、りんご、 うすやきせんべい	エネルギー たんぱく質 脂質	533 kcal 23.9 g 11.5 g	563 kcal 24.6 g 10.1 g
29	火	ご飯 タラのコーンマヨ焼き カニもやし 大根の味噌汁	すけとうだら かに風味かまぼこ→ササミ 鰹節	もやし、若布 大根、玉葱	米 クリームコーン缶 胡麻、胡麻油	マヨネーズ、こいくち醤油 鶏がらスープ 味噌	牛乳、(手)ぶどうのゼリー	エネルギー たんぱく質 脂質	478 kcal 23.2 g 15.1 g	504 kcal 23.7 g 14.2 g
30	水	ハヤシライス ちくわのお浸し	牛肉 ちくわ	玉葱、人参、グリーンピース、 しめじ キャベツ	米、なたね油	トマトピューレ、 鶏がらスープ、ハヤシルウ →ハヤシルウ（ハヤシの王子さま） こいくち醤油	牛乳、バナナ、 ミレービスケット →野菜スナック	エネルギー たんぱく質 脂質	481 kcal 17.1 g 15.2 g	509 kcal 17.1 g 14.3 g

3日 豆腐ドーナツ



16日 塩昆布ツナおにぎり



25日 お月見羊かん



ホットケーキミックス→米粉 B.P 米

塩昆布 ツナ

こしあん 粉寒天

絹豆腐→除去 豆乳→りんごジュース

水 三温糖

牛乳→オレンジジュース 粉寒天

なたね油 グラニュー糖

18日 あんこスコーン

三温糖 みかん（缶）

7日 ココアサンド

小麦粉→米粉 B.P

3日 プレーンカップケーキ

マカロニ→米粉パスタ 塩

桃（缶）

豆乳食パン→米粉パン 純ココア 塩

なたね油

24日 マカロニきな粉

三温糖 粉寒天

豆乳生クリーム→さつま芋クリーム

こしあん

29日 ぶどうのゼリー

ぶどうジュース みかん（缶）

三温糖

24日 マカロニきな粉

三温糖 粉寒天

11日 プレーンカップケーキ

マカロニ→米粉パスタ 塩

桃（缶）

ホットケーキミックス→米粉 B.P

三温糖

きな粉→みりん、濃口醤油、片栗粉

マーガリン→なたね油

豆乳→りんごジュース

29日 ぶどうのゼリー

ぶどうジュース みかん（缶）

豆乳生クリーム→さつま芋クリーム

三温糖

24日 マカロニきな粉

三温糖 粉寒天

レッドパウダー

29日 ぶどうのゼリー

ぶどうジュース みかん（缶）