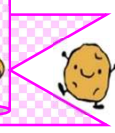


9月



きゅうしょく こんだて



バンビ保育園



令和8年(2026年)

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者)栄養士 野原正子

日 曜	献立名	午後のおやつ	おもな材料(昼食)			日 曜	献立名	午後のおやつ	おもな材料(昼食)		
			あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する				あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する
1 火	マージンごはん 白身魚の磯辺揚げ ひじきの五目煮 きゅうりの甘酢あえ みそ汁 ネーブル	防災の日 蒸し芋(焼き芋) 保育乳	白身魚 干ひじき ちくわ しらす干し わかめ 油揚げ	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 糸こんにゃく さやいんげん きゅうり 大根 ねぎ ネーブル	15 火	タコライス フライドポテト 魚と野菜のスープ バナナヨーグルト添え	シナモントースト 保育乳	豚ひき肉 ピザチーズ 白身魚 調製豆乳	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 レタス トマト コーン缶 白菜 バナナ みかん缶
2 水	のりごはん 鶏肉のマーマレード焼き 人参シリシリ すまし汁 バナナ	バウムクーヘン 保育乳	鶏もも肉 ちくわ ツナ缶 豆腐	精白米 強化米(鉄)	人参 ブロッコリー 玉ねぎ 白菜 ねぎ バナナ	16 水	弁当会	マドレーヌ 保育乳			
3 木	ごはん スタミナ納豆 豚大根のみそ煮 そうめん汁 りんご	玄米フレックスナック 保育乳	鶏ひき肉 ひきわり納豆 豚肩ロース	精白米 強化米(鉄) そうめん	ねぎ 大根 人参 糸こんにゃく ねぎ りんご	17 木	ごはん(アンドンスー添え) 豚肉のソテー(フルーツソース) 人参シリシリ ゆし豆腐汁 ネーブル	琉球料理の日 ヒラヤーチー 保育乳	ツナ缶 豚もも肉 ちくわ ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 ブロッコリー 玉ねぎ ねぎ ネーブル ニラ
4 金	クファージュシー 鶏のから揚げ 拌三絲(パンサンスー) みそ汁 ネーブル	お麴ラスク 保育乳	ツナ缶 鶏もも肉 ハム 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) 春雨	人参 干しいたけ ニラ 人参 きゅうり 白菜 ネーブル	18 金	ごはん(のり佃煮) 魚フライ マカロニサラダ 白菜スープ(三色) バナナ	ケーキ ジュース	白身魚 卵 ベーコン	精白米 強化米(鉄) マカロニ	パイン缶 人参 りんご レーズン 白菜 ブロッコリー 赤ピーマン バナナ
5 土	厚揚げどんぶり コーンスープ ネーブル	亀の甲せんべい 保育乳	厚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米(鉄)	人参 キャベツ ほうれん草 コーン缶 えのきたけ ネーブル	19 土	ハヤシライス(ささみ) スティックきゅうり(マヨ) わかめスープ ネーブル	くろ棒 保育乳	鶏ささみ わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	玉ねぎ 人参 GP きゅうり みつば ネーブル
7 月	ごはん 豚肉のゴマ照り焼き ころころ蒸し芋 ひじきのマヨサラダ みそ汁 ネーブル	マシュマロサンド 保育乳	豚肩ロース 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米(鉄) 黒ゴマ さつま芋	人参 きゅうり コーン缶 大根 ほうれん草 ネーブル	24 木	もずくどんぶり マッシュポテト ブロッコリーのごま酢あえ みそ汁 ネーブル	ドーナツ 保育乳	もずく 豚ひき肉 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	ピーマン 赤ピーマン コーン缶 ブロッコリー 人参 白菜 ネーブル
8 火	スパゲティミートソース ひじきサラダ ポテトスープ ネーブル	いなり寿司 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 干ひじき ちくわ ベーコン	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり コーン缶 えのきたけ ほうれん草 ネーブル	25 金	黒米ごはん かぼちゃのそぼろ煮 ひじきサラダ イナムドゥチ ネーブル	八月十五夜 せんべい ゼリー	豚ひき肉 干ひじき 豚肉 カステラカマ ポコ	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ	かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり 人参 コーン缶 干しいたけ ねぎ ネーブル
9 水	マージンごはん 鮭のタルタル焼き ごまかぼちゃ きゅうりのしらすあえ みそ汁 りんご	せんべい 固形ヨーグルト	鮭 わかめ しらす干し	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	人参 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり とうが ねぎ りんご	26 土	マージンごはん 麻婆豆腐 ブロッコリー(マヨ) コーンスープ ネーブル	タンナファクルー 保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米(鉄) もちきび	生しいたけ 人参 玉ねぎ ニラ ブロッコリー コーン缶 キャベツ ネーブル
10 木	ケチャップライス 魚の竜田揚げ チーズコーンサラダ もずくスープ ネーブル	ハッシュポテト 保育乳	ウィンナー 白身魚 ミックスチー ズ ハム もずく	精白米 強化米(鉄)	人参 玉ねぎ GP コーン缶 レタス きゅうり 白菜 ネーブル	28 月	ドライカレー きゅうりの中華あえ もずくスープ ネーブル	ジャムケーキ 保育乳	豚ひき肉 わかめ ハム もずく 豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト缶 きゅうり コーン缶 えのきたけ ねぎ ネーブル
11 金	チキンカレー スティックきゅうり 魚ともずくのスープ ネーブル	グレープゼリー せんべい	鶏もも肉 もずく 豆腐 白身魚	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル	29 火	肉みそうどん ゴマじゃが チーズコーンサラダ バナナ	わかめおにぎり 保育乳	豚肩ロース 油揚げ ミックスチー ズ ハム	茹うどん じゃが芋 白すりごま	ごぼう 人参 ほうれん草 コーン缶 レタス きゅうり バナナ
12 土	ホワイトシチュー ブロッコリー すまし汁 ネーブル	げんまい棒 保育乳	鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 さやいんげん ねぎ ネーブル	30 水	ごはん レバーのゴマソースがらめ 切干大根のイリチー トマトときゅうりの酢みそあえ みそ汁 ネーブル	ホットケーキ 保育乳	豚レバー 豚肉 ちくわ わかめ 豆腐	精白米	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく トマト きゅうり とうが ねぎ ネーブル
14 月	黒米ごはん 豚肉のみそ焼き きんぴらごぼう(カレー風味) すまし汁 バナナ	バウムクーヘン 保育乳	豚肩ロース 鶏もも肉 わかめ 豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ	赤ピーマン 玉ねぎ ごぼう 人参 GP 白菜 ねぎ バナナ	★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。 ★ 幼児食移行期(1歳～1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。					

