

様式F101		2026年09月		献立表			認定こども園もものき(一般)	
日付	10時おやつ	献立	3時おやつ	材 料 名				◎は10時おやつ ○は午後おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01火	ミニわかめ煎餅、お茶	白ご飯、こがね煮、きゅうり浅漬け、オレンジ、お茶	大学芋、牛乳125	米、○さつまいも(皮付)、○油、油、片栗粉、三温糖、○三温糖、砂糖	○牛乳、生揚げ、豚肉(肩ロース)	きゅうり、オレンジ、たまねぎ、板こんにゃく、だけのこ(水煮缶)、にんじん、干ししいたけ、○黒ごま	ケチャップ、しょうゆ、みりん、○しょうゆ、食塩	9月平均栄養価 (幼児組) エネルギー 514kcal たんぱく質 21.0g 脂質 17g 塩分 1.6g
02水	ミレービスケット、お茶	白ご飯、タンドリーチキン、春雨サラダ、バナナ1/3、お茶	スープバスタ(ベーコン)、野菜ジュース	米、マヨネーズ、○サラダ用スバグティ、はるさめ、三温糖、ごま油	鶏もも肉(皮付き)、○ベーコン	○野菜ミックスジュース、バナナ、キャベツ、○キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、○にんじん、○たまねぎ、にんにく	○ケチャップ、しょうゆ、酢、ケチャップ、○洋風だしの素、○食塩、カレー粉、おろししょうが	
03木	カルシウムせんべい、お茶	五目ごはん、かじき照り焼き、コールスローサラダ、みそ汁(さつま芋・玉葱)	ボンデケージョ、牛乳125	米、○ホットケーキ粉、さつまいも(皮付)、○白玉粉、マヨネーズ、○バター、三温糖、油	○牛乳、かじき、○粉チーズ、米みそ(甘みそ)、鶏もも肉、油揚げ、いわし(煮干し)	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、コーン缶、板こんにゃく、レモン果汁、干ししいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酒	
04金	カリコリきゅうり、お茶	ビビンバ、わかめスープ、お茶	梨、豆花クッキー、牛乳125	米、三温糖、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	◎きゅうり、ほうれんそう、○なし、にんじん、もやし、ねぎ、カットわかめ、にんにく、黒ごま、ごま	しょうゆ、酒、洋風だしの素、おろししょうが、酢、食塩、◎食塩	
05土	土曜お菓子、お茶	選べるおにぎり(土)、みそ汁(わかめ・玉葱)、ヨーグルト、お茶	土曜お菓子、お茶	米、三温糖、マヨネーズ	鶏ひき肉、米みそ(甘みそ)、ツナ油漬缶、さけ、いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	たまねぎ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
07月	ミニハート、お茶	白ご飯、しらす入り麻婆豆腐、切干大根中華サラダ、春雨スープ、お茶	あべかわマカロニ、牛乳125	米、○マカロニ・スバグティ、はるさめ、○三温糖、片栗粉、油、三温糖、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、釜揚げしらす、○きな粉、油揚げ	きゅうり、にんじん、チンゲンサイ、切り干しだいごん、ねぎ、だけのこ(ゆで)、ピーマン、干ししいたけ、にんにく	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、洋風だしの素、食塩、酢、○食塩	
08火	粉吹雪、お茶	白ご飯、油淋鶏、海苔酢和え、オレンジ、お茶	フルーツヨーグルト、豆乳125	米、◎じゃがいも、片栗粉、○三温糖、油、三温糖、砂糖	○調製豆乳、○ヨーグルト(無糖)、鶏もも肉(皮付き)	ほうれんそう、オレンジ、にんじん、もやし、たまねぎ、○もも缶(黄桃)、○みかん缶、○バナナ、○ハイン缶、○焼きのり、にんにく、◎あおのり	しょうゆ、酢、酒、おろししょうが、食塩、◎食塩	
09水	こまるせんべい、お茶	白ご飯、ぶりの醤油あんかけ、ひじき中華サラダ、みそ汁(豆腐・なす)	豆乳アイスクリーム、クラッカー、野菜ジュース	米、三温糖、はるさめ、片栗粉、ごま油	○アイスクリーム、ぶり、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、いわし(煮干し)	○野菜ミックスジュース、もやし、きゅうり、なす、にんじん、ひじき	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、酢、おろししょうが、食塩	
10木	アスパラビスケット、お茶	ミートソーススバグティ、さわやか漬け、バナナ1/3、お茶	きつねおにぎり、牛乳125	マカロニ・スバグティ、○米、○砂糖、三温糖	○牛乳、豚ひき肉、○油揚げ	ホールトマト缶詰、バナナ、だいごん、きゅうり、たまねぎ、しめじ、にんじん、セロリ、レモン果汁、○すりごま、にんにく、パセリ	○しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、洋風だしの素、しょうゆ、食塩	
11金	花せんべい、お茶	白ご飯、タラのカレー風味焼き、りっちゃんサラダ、ABCスープ	ツナマヨフォカッチャ、牛乳125	米、○コッペパン、マカロニ・スバグティ、○マヨネーズ、三温糖、油	○牛乳、たら、○ツナ油漬缶、ハム、かつお節	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、たまねぎ、○きゅうり、こんぶ佃煮	みりん、しょうゆ、酢、食塩、洋風だしの素、カレー粉	
12土	土曜お菓子、お茶	選べるおにぎり(土)、みそ汁(豆腐・玉葱)、ヨーグルト、お茶	土曜お菓子、お茶	米、三温糖、マヨネーズ	鶏ひき肉、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、ツナ油漬缶、さけ、いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
14月	豆花クッキー、お茶	白ご飯、生揚げもやし炒め、わかめサラダ、みそ汁(かぼちゃ・油揚げ)	焼きそば、牛乳125	米、○焼きそばめん、片栗粉、ごま油、三温糖	○牛乳、生揚げ、豚肉(ロース)、米みそ(甘みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)	緑豆もやし、だいごん、かぼちゃ、○キャベツ、○もやし、きゅうり、にんじん、にら、○にんじん、カットわかめ、○あおのり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、おろししょうが、食塩、洋風だしの素、酒	
15火	しらす煎餅、お茶	白ご飯、肉じゃが、じゃこ納豆、すまし汁(えのき・三つ葉)	あんバタートースト、牛乳125	米、じゃがいも、○食パン、油、○マーガリン、三温糖	○牛乳、納豆、豚肉(肩ロース)、○こしあん(生)、しらす干し、いわし(煮干し)	根みつば、たまねぎ、きゅうり、えのきだけ、にんじん、干ししいたけ、にんにく	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	
16水	みかんゼリー、お茶	白ご飯、豚肉しょうが焼き、きゅうりハムサラダ、梨、お茶	誕生日会デザート、牛乳125	米、油、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、豚肉(もも)、ハム	たまねぎ、もやし、なし、きゅうり、しめじ	しょうゆ、酒、みりん、おろししょうが、酢	
17木	カリコリきゅうり、お茶	白ご飯、鮭照り焼き、ほうれん草ツナサラダ、ミニ前橋トントン汁	フライドポテト(のり塩)、牛乳125	米、○フライドポテト、○油、油	○牛乳、さけ、豚肉(ばら)、ツナ油漬缶、米みそ(甘みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)	◎きゅうり、ほうれんそう、にんじん、板こんにゃく、えのきだけ、だいごん、しめじ、ねぎ、ごぼう、いんげん、○あおのり	かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、おろししょうが、みりん、○食塩、◎食塩	
18金	きな粉せんべい、お茶	押し麦ごはん、チキンカレー、三色野菜の浅漬け(大根)、バナナ1/3、お茶	ナポリタン、牛乳125	米、じゃがいも、○スバグティ、はとむぎ粒、油	○牛乳、調製豆乳、鶏もも肉(皮付き)、○ベーコン	たまねぎ、バナナ、だいごん、にんじん、きゅうり、○たまねぎ、にんにく	カレールウ、○ケチャップ、○洋風だしの素、食塩	
19土	土曜お菓子、お茶	選べるおにぎり(土)、みそ汁(豆腐・わかめ)、ヨーグルト、お茶	土曜お菓子、お茶	米、三温糖、マヨネーズ	木綿豆腐、鶏ひき肉、米みそ(甘みそ)、ツナ油漬缶、さけ、いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
24木	このはせんべい、お茶	白ご飯、鶏の照り焼き、サラダバイキング、オレンジ、お茶	揚げパン、牛乳125	米、○コッペパン、○油、○三温糖、はるさめ、三温糖、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ツナ油漬缶、○きな粉、米みそ(甘みそ)	オレンジ、キャベツ、コーン缶、にんじん、きゅうり、にんにく	しょうゆ、酒、みりん、おろししょうが、酢	
25金	ミレービスケット、お茶	白ご飯、高野豆腐そぼろあん、スバグティサラダ、もずくスープ	お月見ゼリー、うさぎのしっぽ、牛乳125	米、サラダ用スバグティ、マヨネーズ、油、三温糖	○牛乳、鶏ひき肉、凍り豆腐、ハム	たまねぎ、きゅうり、にんじん、もずく、コーン缶、えのきだけ、根みつば、干ししいたけ、ねぎ、ごま	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、おろししょうが、洋風だしの素、酒、みりん、酢、食塩	
26土	土曜お菓子、お茶	選べるおにぎり(土)、みそ汁(わかめ・玉葱)、ヨーグルト、お茶	土曜お菓子、お茶	米、三温糖、マヨネーズ	鶏ひき肉、米みそ(甘みそ)、ツナ油漬缶、さけ、いわし(煮干し)、ヨーグルト(加糖)	たまねぎ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
28月	きな粉せんべい、お茶	白ご飯、マーマレードチキン、コロコロサラダ、すまし汁(えのき・ほうれん草)	チーズ蒸しパン、牛乳125	米、さつまいも(皮付)、○三温糖、はるさめ、マヨネーズ	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○調製豆乳、○チーズ、ウインナーソーセージ、いわし(煮干し)	えのきだけ、ほうれんそう、マーマレード、にんじん、きゅうり、コーン缶	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩	
29火	ミニわかめ煎餅、お茶	きつねうどん、鶏唐揚げ、バナナ1/3、お茶	しらすコーンおにぎり、牛乳125	ゆでうどん、○米、片栗粉、油、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、○しらす干し	バナナ、○とうもろこし、にんじん、ねぎ、にんにく	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酒、おろししょうが、○食塩、食塩	
30水	ふかしいも、お茶	白ご飯、タンドリーフィッシュ、青菜じゃこ和え、呉汁	りんご、アスパラビスケット、牛乳125	米、◎さつまいも(皮付)、マヨネーズ、ごま油	○牛乳、さば、油揚げ、米みそ(甘みそ)、しらす干し、大豆水煮缶、いわし(煮干し)	ほうれんそう、○りんご、にんじん、だいごん、えのきだけ、ごぼう	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しょうゆ、カレー粉	