



9月献立表

2026年9月

納内保育園

日		曜	午前おやつ 3歳未満児	全園児食		3歳未満児	午後おやつ 全園児	備考
1	15	火	牛乳 オレンジ	たらの磯辺焼き 干草和え のり佃煮 みそ汁(なめこ・大根) ゴールドキウイ		ごはん	牛乳 きな粉クッキー	
2	16	水	牛乳 バナナ	肉じゃが ブロッコリーのごま酢あえ みそ汁(厚揚げ・わかめ) オレンジ		ごはん	アイスクリーム クラッカー ☆するめ	
3	17	木	牛乳 ゴールド キウイ	かしわうどん かきあげ バナナ			牛乳 ココアトースト	
4	18	金	フルーツ ヨーグルト	マーボー豆腐 春雨サラダ わかめスープ キウイ		ごはん	牛乳 ホットケーキ	
5	19	土	牛乳 果物	しょうゆラーメン ジャーマンポテト ゴールドキウイ			飲み物 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
7	㉑	月	牛乳 梨	白身魚の煮つけ 大豆の五目煮 みそ汁(小松菜・油揚げ) オレンジ		ごはん	牛乳 じゃがピザ	
8	㉒	火	牛乳 バナナ	高野豆腐とひき肉の煮物 焼きかぼちゃ みそ汁(玉ねぎ・卵) 梨		ごはん	牛乳 麩のラスク	
9	㉓	水	牛乳 オレンジ	ささみのごまフライ ブロッコリーの三色サラダ コーンスープ バナナ		ロール パン	麦茶 ☆小魚 わかめおにぎり	3歳以上児 パン でもよい日
10	24	木	牛乳 ゴールド キウイ	みそラーメン 白和え パイン			牛乳 いも団子 牛乳 おはぎ	3歳以上児 おにぎり でもよい日
11 収穫祭		金	フルーツ ヨーグルト	ポークカレー たたききゅうりのごま正油漬 ミニトマト 野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草)		ごはん	フルーツポンチ せんべい (うすやき)	
	25 お月見	金	フルーツ ヨーグルト	きのこカレー たたききゅうりのごま正油漬 ミニトマト 野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草)		ごはん	牛乳 お月見団子 うさぎりんご	
12	26	土	牛乳 果物	和風スパゲティ 長芋のバターしょうゆ焼き 麦茶 オレンジ			飲み物 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
14	28	月	牛乳 梨	鮭のパン粉焼き 切り干大根の煮物 みそ汁(じゃが芋・しめじ) バナナ		ごはん	牛乳 ドーナツ	
	29	火	牛乳 バナナ	高野豆腐とひき肉の煮物 焼きかぼちゃ みそ汁(玉ねぎ・卵) 梨		ごはん	牛乳 麩のラスク	
	30 お誕生会	水	牛乳 オレンジ	♪♪ワクワクおまつりランチ♪♪ 焼きそば ウインナー フライドポテト きゅうりの漬物 ジュース りんご			牛乳 フルーツサンド	3歳以上児 ご飯は必要 ありません

*9月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 419kcal、たんぱく質 16.7g、脂質 13.5g、塩分 1.5gが平均給与量です。

*9月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 357kcal、たんぱく質 16.2g、脂質 14.8g、塩分 2.0gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、

午後のおやつ時に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。