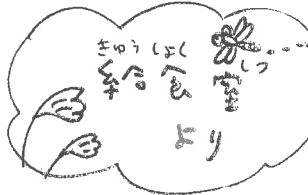
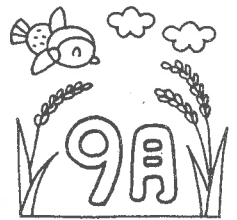


2026 年 9 月 献立表

広島キリスト教社会館保育所



献立名	食品名	おやつ
1日 焼きそば (火) ポテトサラダ	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ にんじん たまねぎ もやし ピーマン 青のり じゃがいも ツナ にんじん きゅうり りんご マヨネーズ	フルーツポンチ
2日 さばのカレー煮 (水) キャベツのおかかあえ すまし汁	さば しょうが カレールー キャベツ にんじん かつお節 大根 にんじん えのきだけ ねぎ	クッキー 牛乳・いりこ
3日 チャブチェ (木) わかめ汁 キム	牛肉 はるさめ にんじん にら しいたけ ごま わかめ ごま ねぎ 煮干し ごま油 焼きのり ごま油	かりんとトースト 牛乳・いりこ
4日 鶏の唐揚げ (金) きゅうり漬 みそ汁	鶏肉 薄力粉 かたくり粉 きゅうり ごま油 とうふ わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	みかんゼリー お茶・いりこ
5日 パン (土) スパゲティサラダ ビーフシチュー	パン スパゲティ ツナ きゅうり にんじん コーン マヨネーズ 牛肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
7日 麻婆丼 (月) リヤンパンサンスー	合いびき肉 たまねぎ にんじん にら ねぎ かたくり粉 ごま油 鶏肉 はるさめ にんじん きゅうり ごま ごま油	ピザトースト 牛乳・いりこ
8日 ミートスパゲティ (火) さつまいもサラダ	スパゲティ 鶏ひき肉 玉ねぎ マッシュルーム トマト缶 グリンピース さつまいも にんじん きゅうり りんご レーズン マヨネーズ	ラスク 牛乳・いりこ
9日 鯖の照焼 (水) 煮豆 けんちん汁	鯖 うずら豆 とうふ 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しいたけ ねぎ ごま油	ホットケーキ 牛乳・いりこ
10日 カレーライス (木) ヨーグルトサラダ	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん カレールー プレーンヨーグルト バナナ りんご みかん缶 バイナップル缶	蒸しパン 牛乳・いりこ
11日 たまごサンド (金) やさいサラダ ラタトゥイユ	パン たまご マヨネーズ レタス きゅうり ツナ にんじん りんご ごま油 なす にんじん かぼちゃ ピーマン ズッキーニ トマト缶	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
12日 パン (土) マカロニサラダ ミートボールスープ	パン マカロニ ツナ きゅうり にんじん コーン マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	おかし 牛乳・いりこ
14日 オムレツ (月) サラダ キャロットスープ	合いびき肉 たまご たまねぎ レタス きゅうり にんじん たまねぎ しめじ 牛乳 シチューミックス	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
15日 鯖の照焼 (火) さつまいもの煮物 みそ汁	鯖 さつまいも とうふ わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	マカロニのあべかわ 牛乳・いりこ
16日 天ぷらうどん (水) 小松菜のおひたし なし	うどん ちくわ たまねぎ にんじん みつば ねぎ たまご 薄力粉 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ なし	バナナケーキ 牛乳・いりこ
17日 ポークビーンズ (木) 海藻サラダ	豚肉 大豆 たまねぎ にんじん トマト缶 パセリ 鶏ガラ きゅうり ツナ わかめ ごま油	たこやき風ポテト 牛乳・いりこ
18日 揚げ鶏の南蛮漬 (金) けんちん汁	鶏肉 たまねぎ にんじん ピーマン とうふ 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しいたけ ねぎ ごま油	りんごゼリー 牛乳・いりこ
19日 パン (土) やさいサラダ わんたんスープ	パン レタス ツナ きゅうり にんじん コーン りんご ごま油 わんたん たまねぎ にんじん えのきだけ ごま	おかし 牛乳・いりこ
21日 (月)		
22日 (火)		
23日 (水)		
24日 ハヤシライス (木) やさいサラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム ハヤシルー レタス にんじん ツナ きゅうり りんご コーン ごま油	ドーナツ 牛乳・いりこ
25日 白身魚のフライ (金) ひじきの炒り煮 みそ汁	白身魚 薄力粉 パン粉 ひじき にんじん 厚揚げ 干しいたけ ごま油 かぼちゃ キャベツ 油揚げ ねぎ 煮干し	お月見さつまいもち 牛乳・いりこ
26日 パン (土) スパゲティサラダ ポトフ	パン スパゲティ ツナ きゅうり にんじん コーン マヨネーズ ウインナー たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	おかし 牛乳・いりこ
28日 とうふハンバーグ (月) フライドかぼちゃ みそ汁	とうふ 豚ひき肉 たまねぎ しいたけ たまご パン粉 かぼちゃ さつまいも キャベツ 油揚げ ねぎ 煮干し	チヂミ 牛乳・いりこ
29日 ラーメン (火) ギョーザ きゅうり漬	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん 水餃子 ねぎ ぎょうざ きゅうり ごま油	ヨーグルト おかし
30日 炊き込みごはん (水) 鶏肉の塩こうじ焼き ごま酢あえ みそ汁	鶏肉 にんじん ごぼう 干しいたけ 油揚げ 鶏もも肉 きゅうり もやし にんじん ごま とうふ わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	大学いも 牛乳・いりこ

あつ ちつ あつ
暑かった夏も終わる
この時見月になると
(まだまだ暑いのに)
ですが...

毎とし
今年、こどもたちの
食生活がぐんと
増します。
成長とたくましさも
感じてうれしくなる

とともに
卒園食づくりに
力が入る
今日この頃です！
大いもの
つくりがた

さつまいも 400g
きびざとう 50g
しょうゆ 大さじ1
みりん 大さじ1
水 25ml

くつきりがた
① さつまいもを
食べやすい大き
にちぎって混ぜる
② 鍋にAを入れ
とろけがつくまで
火にかける
くまぜなけい
③ ②に混ぜた
さつまいもをカ
さつとまぜあ
でさあがり！