

三永太陽保育園 9月献立表



※午前のおやつは3歳未満のお子様のみとなっております。
※やむを得ず、献立を変更することがございます。ご了承くださいますよう宜しくお願い致します。2026年9月1日

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
午前 おやつ		ぎゅうにゅう ソフトせんべい	ぎゅうにゅう ほしたべよ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう しろいふうせん
お昼 ごはん		おしむぎごはん ぶたにくのチーズピカタ こまつなのおかかあえ みぞれじる ももかん	ごはん あつあげとぶたにくのみそいため すましじる オレンジ	おしむぎごはん とりつくね ほうれんそうとコーンのソテー みそしる キウイフルーツ	ごはん さわらのちゅうかふうてんぶら バンサンスー ちゅうかふうコーンスープ みかんかん	やきにくどん さつまあげいりいなかじる バナナ
午後 おやつ		ぎゅうにゅう きなこフッキー	ぎゅうにゅう ヨーグルトトースト	ぎゅうにゅう かんこくふうチヂミ	ぎゅうにゅう マスカットゼリー	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
		7	8	9	10	11
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ほうれんそうとこまつなせんべい	ぎゅうにゅう マリービスケット	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	ぎゅうにゅう ぽたぽたやき
お昼 ごはん	はっぼうめん ひじきのごまマヨサラダ ももかん	ごはん さばのゆうやけソース あぶらあげともやしのあえもの みそしる みかんかん	カツカレー ツナとコーンのサラダ オレンジ	ゆかりごはん とうふステーキのやさしいあんかけ ちくわいりじゃがマヨあえ すましじる バナナ	さんまごはん ちくぜんに はくさいとにくだんごのスープ パインかん	にんじんのバターピラフ マカロニスूप ヨーグルト
午後 おやつ	おちゃ はりはりおにぎり	ジョア レモンむしケーキ	ぎゅうにゅう クラッカージャム	ぎゅうにゅう メープルフレンチトースト	おちゃ りんごフルーチェ	ぎゅうにゅう せんべい・きなこもち
	14	15	16	17	18	19
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	おちゃ きなこヨーグルト	ぎゅうにゅう ムーンライトクッキー	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう たまごボーロ
お昼 ごはん	きのこベーコンのバターしょうゆスパゲティー わかめとだいこんのサラダ パインかん	おしむぎごはん とりにくのオレンジやき かいそうたっぷりサラダ みそしる ももかん	ごはん とうふのにくみそグラタン さわやかあえ すましじる オレンジ	ごはん ぶたにくとピーマンのちゅうかいいため ゆかりふうみこふきいも もやしスूप グレープゼリー	おしむぎごはん あかうおのカレーフリッター こんさいサラダ すましじる みかんかん	きのこたきこみごはん あおなのあえもの とんじる バナナ
午後 おやつ	おちゃ ツナこんぶおにぎり	ぎゅうにゅう ミルクスコーン	ぎゅうにゅう コンソメポテトスティック	ぎゅうにゅう サブレ	ぎゅうにゅう とうにゅうくずもち	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	21	22	23	24	25	26
午前 おやつ	【敬老の日】 	【国民の休日】 	【秋分の日】 	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ハイハイン	ぎゅうにゅう チョイス
お昼 ごはん				ごもくうどん すみそあえ ももかん	【たんじょうかい】 ☆おたのしみメニュー☆	ぶたにくのあまみそどん のっぺいじる バナナ
午後 おやつ				おちゃ おはぎ		ぎゅうにゅう うさぎまんじゅう
	28	29	30			
午前 おやつ	ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう こぎかなせんべい	ぎゅうにゅう ウエハース			
お昼 ごはん	しおラーメン じゃがいものちゅうかあえ ヨーグルト	おしむぎごはん ハンバーグのきのこソースかけ ひろしまレモンのサラダ すましじる パインかん	ごはん すきやきふうに みそしる オレンジ			
午後 おやつ	おちゃ まっかなあきおにぎり	ぎゅうにゅう ウインナーケーキ	ぎゅうにゅう ツナとポテトのおやき			

月間平均栄養摂取量

一日平均摂取量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
3歳以上児	526kcal	19.9g	16.8g	77.7g	1.5g
3歳未満児	464kcal	17.9g	16.4g	64.9g	1.3g