



9月 移行食献立表 (12ヶ月～ パクパク)

2026年

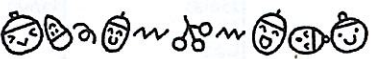
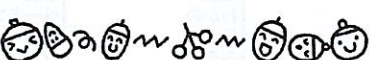
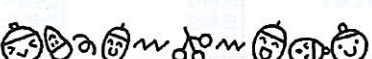
さくらい保育園

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名					午後のおやつ (乳・幼児)
			主食 (乳・幼児)	副食 1 (乳・幼児)	副食 2 (乳・幼児)	副食 3 (乳・幼児)	汁物 (乳・幼児)	
1	火		 非常食 					
2	水	玄米せんべい	ごはん	ポークチャップ	春雨サラダ		みそ汁	麦茶 鮭わかめおにぎり
			米	豚肉 玉ねぎ じゃがいも にんにく・トマト缶 油・砂糖・コンソメ 塩	春雨 きゅうり 人参 油・砂糖 塩・酢		厚揚げ おくら だし汁 みそ	米 鮭フレーク わかめ
3	木	果物	ごはん	厚揚げハンバーグ	わかめサラダ	しらす佃煮	すまし汁	にんじんドーナツ
			米	豚ひき・厚揚げ 玉ねぎ・じゃがいも 高野豆腐 米粉パン粉 ケチャップ・ソース 砂糖	わかめ きゃべつ きゅうり 油・ごま油 砂糖・酢 しょうゆ	釜揚げしらす 酒 みりん 砂糖 しょうゆ	長ねぎ だし汁 しょうゆ 塩	米粉 砂糖・豆腐 ベーキングパウダー 油・豆乳 レモン汁 人参
4	金	玄米せんべい	ごはん	鶏肉と大豆の煮物	切干大根サラダ	じゃこおかか	みそ汁	高野豆腐の フレンチトースト
			米	鶏肉 生姜 大豆水煮 じゃがいも 長ねぎ 油・だし汁 砂糖・しょうゆ・酒	切干大根 きゅうり・人参 ツナ缶 しょうゆ・酢 砂糖・白ごま・油	ちりめんじゃこ 煮干し節 しょうゆ みりん 砂糖 白ごま ごま油	なす だし汁 みそ	高野豆腐 豆乳 砂糖 きなこ 塩
5	土	玄米せんべい	チャーハン		フルーツ		みそ汁	鮭おにぎり
			米 豚肩小間 人参・細ねぎ 油 しょうゆ・中華だし 塩・コショウ ごま油	バナナ			豆腐 わかめ だし汁 みそ	米 鮭フレーク
7	月	玄米せんべい	ふりかけごはん	高野豆腐の含め煮	もやしのごま酢和え		みそ汁	レモンケーキ
			米 いわし・昆布粉末 青のり 白ごま しょうゆ・酢	高野豆腐 鶏肉 人参・いんげん 砂糖・みりん しょうゆ・だし汁	もやし きゅうり・人参 白ごま 砂糖 しょうゆ 酢		小松菜 だし汁 みそ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油・豆乳 レモン汁
8	火	蒸し野菜	ごはん	さわらの西京焼き	小松菜サラダ		みそ汁	蒸かしいも
			米	さわら みそ みりん 砂糖 酒	小松菜 ツナ缶 人参 きゅうり しょうゆ・塩 酢・油		にら もやし だし汁 みそ	さつまいも

移行献立表No.1

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名					午後のおやつ (乳・幼児)
			主食 (乳・幼児)	副食 1 (乳・幼児)	副食 2 (乳・幼児)	副食 3 (乳・幼児)	汁物 (乳・幼児)	
9	水	玄米せんべい	ごはん	筑前煮	ポテトサラダ	しらす佃煮	みそ汁	肉ごはん
			米	豚肉 人参・ごぼう いんげん 厚揚げ 油・だし汁 砂糖・しょうゆ 酒・みりん	じゃがいも きゅうり 人参 マヨドレ 砂糖・塩	釜揚げしらす 酒 みりん 砂糖 しょうゆ	豆腐 わかめ だし汁 みそ	米 豚肉 人参 ひじき 砂糖・しょうゆ 酒・だし汁 塩
10	木	果物	ごはん	厚揚げの煮物	ツナサラダ	じゃこおかか	すまし汁	わかめおにぎり
			米	厚揚げ みりん 砂糖 しょうゆ 酒	ツナ缶 人参 きゃべつ きゅうり 油・ごま油・酢 しょうゆ・砂糖	ちりめんじゃこ 煮干し節 しょうゆ みりん 砂糖 白ごま ごま油	鶏肉 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 塩	米 わかめ
11	金	玄米せんべい	ごはん	豆乳シチュー	わかめサラダ	フルーツ		ぶどうゼリー
			米	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ・人参 油 コンソメ 豆乳	きゃべつ きゅうり 人参 わかめ 油・酢 マヨドレ・塩	バナナ		寒天 砂糖 ぶどうジュース
12	土	玄米せんべい	ビーフン		フルーツ		すまし汁	わかめおにぎり
			ビーフン・豚肉 きゃべつ・もやし 人参・ニラ 鶏がらスープ しょうゆ・塩		バナナ		豆腐 わかめ だし汁 しょうゆ 塩	米 わかめ
14	月	玄米せんべい	ふりかけごはん	肉じゃが	コールスローサラダ		みそ汁	かぼちゃスコーン
			米 いわし・昆布粉末 青のり 白ごま しょうゆ・酢	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参・いんげん 油・砂糖・しょうゆ	きゃべつ きゅうり 人参 油・酢・砂糖 塩		豆腐 わかめ だし汁 みそ	米粉 ベーキングパウダー かぼちゃ 豆乳 砂糖 塩 油
15	火	蒸し野菜	ごはん	なすと豚肉の 味噌炒め	切干大根の ごまサラダ	しらす佃煮	みそ汁	いももち
			米	豚肉 なす 人参 玉ねぎ 砂糖・しょうゆ みそ・酒・ごま油 片栗粉	切干大根 きゅうり・人参 マヨドレ しょうゆ 白ごま	釜揚げしらす 酒 みりん 砂糖 しょうゆ	厚揚げ 玉ねぎ だし汁 みそ	じゃがいも 片栗粉 豆乳 砂糖 しょうゆ 油
16	水	玄米せんべい	ごはん	高野豆腐のはさみ煮	もやしと人参の おかか和え		すまし汁	もちもちパンケーキ
			米	高野豆腐・鶏ひき 豆腐・長ねぎ 人参 砂糖・酒 しょうゆ だし汁 片栗粉	もやし 人参 しょうゆ かつお節		長ねぎ だし汁 しょうゆ 塩	米粉 ベーキングパウダー 豆乳 砂糖 塩 油

移行献立表No.2

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名					午後のおやつ (乳・幼児)
			主食 (乳・幼児)	副食 1 (乳・幼児)	副食 2 (乳・幼児)	副食 3 (乳・幼児)	汁物 (乳・幼児)	
17	木	果物	ごはん	厚揚げのそぼろ煮	中華サラダ	じゃこおかか	みそ汁	豆乳プリン
			米	豚ひき・高野豆腐 厚揚げ 人参 玉ねぎ 砂糖・しょうゆ・だし汁 油・片栗粉	春雨 きゅうり 人参 もやし ごま油・酢・しょうゆ 砂糖・塩	ちりめんじゃこ 煮干し節 しょうゆ みりん 砂糖 白ごま ごま油	小松菜 だし汁 みそ	豆乳 砂糖 ゼラチン
18	金	玄米 せんべい	ごはん	鶏肉のごま味噌焼き	小松菜サラダ		みそ汁	ひじきごはん
			米	鶏肉 みそ しょうゆ 酒 砂糖 白ごま	小松菜 ツナ缶 人参 きゅうり しょうゆ・塩 酢・油		長ねぎ だし汁 みそ	米 人参 豚ひき ひじき だし汁・砂糖 塩・しょうゆ・酒
19	土	玄米 せんべい	チキンライス		フルーツ		わかめスープ	プレーンマフィン
			米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ケチャップ 塩	バナナ			わかめ 長ねぎ 白ごま 鶏がらスープ 塩・しょうゆ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油・豆乳
21	月		敬老の日 					
22	火		国民の休日 					
23	水		秋分の日 					
24	木	果物	ごはん	豚肉と厚揚げの 味噌炒め	青のりポテトサラダ	じゃこおかか	すまし汁	蒸しパン
			米	厚揚げ 豚肉 たけのこ・ピーマン 玉ねぎ・生姜 油・みそ・しょうゆ 酒・砂糖	じゃがいも 人参・きゅうり 青のり マヨネーズ・砂糖・塩	ちりめんじゃこ 煮干し節 しょうゆ みりん 砂糖 白ごま ごま油	豆腐 わかめ だし汁 しょうゆ 塩	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油 豆乳

移行献立表No.3

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名					午後のおやつ (乳・幼児)
			主食 (乳・幼児)	副食 1 (乳・幼児)	副食 2 (乳・幼児)	副食 3 (乳・幼児)	汁物 (乳・幼児)	
25	金	玄米 せんべい	ふりかけごはん	鮭の照り焼き	海藻サラダ		豚汁	スイートポテト
			米 いわし・昆布粉末 青のり 白ごま しょうゆ・酢	鮭 みりん しょうゆ 油	わかめ 春雨 ツナ缶 きょうち きゅうり 油・砂糖・しょうゆ 酢・ごま油		豚肉 人参・豆腐・ごぼう 長ねぎ 大根 だし汁 みそ	さつまいも 砂糖 豆乳クリーム 豆乳
26	土	玄米 せんべい	焼き肉丼	フルーツ			みそ汁	蒸しパン
			米 豚肉 玉ねぎ・人参・ニラ 油・しょうゆ・酒 みりん・砂糖・ごま油 にんにく	バナナ			長ねぎ わかめ だし汁 みそ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油 豆乳
28	月	玄米 せんべい	ビビンバ	大根とツナの 和風サラダ			みそ汁	ココアケーキ
			米 豚ひき肉・高野豆腐 にんにく 生姜汁 もやし・ほうれん草・人参 砂糖・しょうゆ・塩 酒・ごま油・油	大根 きゅうり 人参 ツナ缶 しょうゆ・酢 油・砂糖			厚揚げ 玉ねぎ だし汁 みそ	米粉 ココア 砂糖 ベーキングパウダー 油・豆乳
29	火	蒸し 野菜	ふりかけごはん	松風焼き	切干大根のナムル		みそ汁	鮭おにぎり
			米 いわし・昆布粉末 青のり 白ごま しょうゆ・酢	鶏ひき・豆腐 玉ねぎ・じゃがいも 米粉パン粉 高野豆腐 みそ・砂糖 みりん・酒 白ごま	切干大根 小松菜 もやし 人参 しょうゆ・酢 ごま油・白ごま		なす だし汁 みそ	米 鮭フレーク
30	水	玄米 せんべい	ごはん	厚揚げマーボー	小松菜ときゃべつの 磯辺和え	しらす佃煮	みそ汁	プレーンマフィン
			米	厚揚げ・豚ひき 人参 ピーマン・長ねぎ にんにく・高野豆腐 油・ごま油・砂糖 しょうゆ・みそ 酒・片栗粉	小松菜 きゃべつ 人参 しょうゆ ごま油 刻みのり	釜揚げしらす 酒 みりん 砂糖 しょうゆ	にら もやし だし汁 みそ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油・豆乳

【今月の平均栄養量】

	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
乳児	402	14.8	10.6	1.6
幼児	474	17.8	12.7	1.9

※都合により一部献立が変更になる場合があります。

※昼食・おやつ時には白湯がつきます。



移行献立表No.4