

🍎🍇 9月の献立表 🍇🍎

2026年度 多治見市 若草保育園

にち	ようび	午前おやつ	おひるごはん	午後おやつ	未満児	
					エネルギー (kcal)	食塩相当 量
1	火	赤ちゃんせんべい 牛乳	ご飯 チンジャオロースー ひじきのナムル 中華スープ	カレーじゃがもち 牛乳	389	1.7
2	水	むらさきいもせんべい 牛乳	冷やし中華 南瓜と大豆のサラダ パナナ	ヨーグルト 牛乳	455	2.6
3	木	オレンジ 牛乳	菜めしごはん いわしのフライ 五目なます 味噌汁	フルーツポンチ 牛乳	495	1.6
4	金	おこめせん 牛乳	ご飯 肉じゃが ツナサラダ すまし汁	米粉のカップケーキ 牛乳	467	2.3
5	土	せんべい 牛乳	弁当持参	クロワッサン 牛乳	276	0.4
6	日					
7	月	赤ちゃんせんべい 牛乳	ご飯 けいちゃん ひじきの和え物 豆腐の吸い物	お麩の-snackコンソメ味 牛乳	414	1.7
8	火	むらさきいもせんべい 牛乳	シャーシャー麺 チンゲン菜のナムル パナナ	ぶどうゼリー 牛乳	436	2.0
9	水	オレンジ 牛乳	ご飯 さんまの南蛮漬け もやしのごま和え なすとなめこの味噌汁	栗入り黒糖米粉蒸しパン 牛乳	589	1.6
10	木	おこめせん 牛乳	ご飯 ポークカレー フレンチサラダ メロン	米粉マカロニのみたらし風 牛乳	478	1.4
11	金	鉄塩せん 牛乳	ご飯 かつおのケチャップ煮 にんじんサラダ レタスのコンソメスープ	とうもろこし 牛乳	435	1.4
12	土	せんべい 牛乳	弁当持参	クロワッサン 牛乳	276	0.4
13	日					
14	月	赤ちゃんせんべい 牛乳	肉うどん ごぼうのサラダ オレンジ	かぼちゃようかん 牛乳	394	1.5
15	火	おこめせん 牛乳	たじみそ丼 春雨サラダ 豆腐とチンゲン菜のスープ	お好み焼き 牛乳	441	1.6
16	水	パナナ 牛乳	ご飯 さわらのカレー味噌焼き 切干大根の炒め煮 きのかじ	ごぼうチップス 牛乳	473	1.3
17	木	鉄塩せん 牛乳	ゆかりごはん 厚揚げのおろしかけ 土佐酢和え 里芋の味噌汁	さくさくココアクッキー 牛乳	470	1.6
18	金	むらさきいもせんべい 牛乳	ご飯 エビのみじん粉揚げ きゅうりとわかめの酢の物 沢煮椀	お麩の-snackきな粉味 牛乳	458	1.1
19	土	せんべい 牛乳	弁当持参	クロワッサン 牛乳	276	0.4
20	日					
21	月					
22	火					
23	水		秋分の日			
24	木	赤ちゃんせんべい 牛乳	ナポリタンスパゲティー 大豆入りマセドアンサラダ 野菜スープ	おはぎ 牛乳	474	2.0
25	金	オレンジ 牛乳	さつま芋ご飯 秋鮭の幽庵焼き なすの焼き浸し のっぺい汁	チーズボンデ（青のり） 牛乳	520	1.6
26	土	せんべい 牛乳	弁当持参	クロワッサン 牛乳	276	0.4
27	日					
28	月	むらさきいもせんべい 牛乳	ご飯 うま煮 胡瓜とちくわの酢の物 吸い物	フライドポテト 牛乳	419	1.4
29	火	おこめせん 牛乳	ご飯 カレーマーボ豆腐 もやしのナムル（以上児）梨（未満児）パナナ	お麩の-snackシナモン味 牛乳	461	1.2
30	水	鉄塩せん 牛乳	冷やししのだうどん ししゃも焼き キャベツときゅうりのごま和え	フルーツかん 牛乳	331	1.8

*都合により献立を変更する場合があります。

旬の食べ物

- 1 日 チンジャオロースー
- 9 日 さんまの南蛮漬け
なすとなめこの味噌汁
- 11 日 かつおのケチャップ煮
レタスのコンソメスープ
- 16 日 きのかじ
- 17 日 里芋の味噌汁

行事食

- 9 日 《重陽の節句献立》
・栗入り黒糖米粉蒸しパン
- 18 日 《敬老の日献立》
・エビのみじん粉揚げ
- 24 日 《お彼岸献立》
・おはぎ
- 25 日 《十五夜献立》
・さつま芋ご飯
・秋鮭の幽庵焼き
・茄子の焼き浸し
・のっぺい汁



たじみ健康ハッピープラン
イメージキャラクター

バックン