

令和 8 年



9月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤血や肉になる	黄熱や力となる	緑調子をととのえる
1 火	牛乳	非常食体験	牛乳 お菓子	牛乳	せんべい	
2 水	牛乳	ご飯 鮭のサクサク焼き 大豆入りサラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 あんトースト	牛乳・さけ・大豆水煮缶 詰・麦みそ・こしあん	米・マヨドレ・パン粉・油・ 食パン・有塩マーガリン	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・くりかぼちゃ・たまねぎ・ しめじ
3 木	牛乳	ご飯 鶏のごま照り焼き 大根の中華和え かき玉汁	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・若鶏もも・鶏卵	米・砂糖・油・いりごま・こ ま油・片栗粉・マシュマロ・ リッツ	だいこん・コーン・きゅうり・ にんじん・キャベツ・たまねぎ
4 金	牛乳	焼きそば アスパラサラダ 梨	お茶 こま昆布おにぎり	牛乳・ふたばら・かつお 節・ツナ缶	中華めん・油・マヨドレ・ 米・いりごま	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・アスパラガス・ きゅうり・にんじん・なし・塩 昆布
5 土	牛乳	豚肉チャーハン ほうれん草のナムル 大根の中華スープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふたもち(皮脂 無)・生揚げ	米・ごま油・いりごま・鉄・ コラーゲンウエハース(ココ ア)	たまねぎ・青ねぎ・にんじん・ ほうれん草・だいずもやし・ にんじん・コーン・だいこん・ にら
7 月	牛乳	麦ご飯 鶏肉の黄金焼き ブロッコリーソテー じゃが芋のすまし汁	牛乳 ココアシュガーパイ	牛乳・鶏もも・麦みそ・ ウインナーソーセージ・ 油揚げ	米・押麦・マヨドレ・砂糖・ 油・じゃがいも・パイ皮・グ ラニュー糖	ゆでブロッコリー・たまねぎ・ にんじん・チンゲンサイ
8 火	牛乳	ご飯 さばのみりん漬け ひじきのサラダ はんぺんのすまし汁	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・さば・まぐろ水煮 缶詰・はんぺん・きな粉	米・砂糖・油・マカロニ・ス パゲティ	おろししょうが・乾ひじき・ キャベツ・きゅうり・くりかぼ ちゃ・生しいたけ
9 水	牛乳	ご飯 貝入り卵焼き ほうれん草のごま和え さつまいもの味噌汁	牛乳 カルビス蒸しパン	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ 麦みそ	米・砂糖・ごま・さつまい も・ホットケーキミックス・ カルビス	たまねぎ・にんじん・乾しいた け・ほうれん草・にんじん・ カットわかめ
10 木	牛乳	ご飯 カレイのバター醤油かけ 中華風サラダ チンゲン菜スープ	牛乳 オレンジケーキ	牛乳・まがれい・若鶏む ね(皮なし)	米・薄力粉・無塩バター・砂 糖・ごま油・いりごま・ホッ トケーキミックス・油	りよくとうもろやし・きゅうり・ にんじん・チンゲンサイ・長ね ぎ・黄パプリカ・オレンジ ジュース
11 金	牛乳	食パン バーベキューチキン マセドアンサラダ キャベツのスープ	お茶 ツナおにぎり	牛乳・若鶏もも・ウイン ナーソーセージ・まぐろ 水煮缶詰	食パン・砂糖・じゃがいも・ マヨドレ・米	しょうが・たまねぎ・トマトケ チャップ・きゅうり・にんじ ん・コーン・キャベツ・しめじ
12 土	牛乳	焼肉丼 ブロッコリーの黒ごまサラダ 豆腐とえのきのスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふた肉・絹ごし豆 腐	米・ごま油・砂糖・いりご ま・鉄・コラーゲンウエハー ス(ココア)	たまねぎ・赤ピーマン・青ピー マン・ブロッコリー・にんじ ん・えのきたけ・青ねぎ
14 月	牛乳	ご飯 れんこんのつくね焼き 小松菜の納豆和え なすの味噌汁	牛乳 きな粉クリームサンド	牛乳・ふたひき肉・納 豆・かつお節・油揚げ・ 麦みそ・きな粉・豆乳	米・ごま油・片栗粉・砂糖・ 食パン	にんじん・れんこん・こまつ な・りよくとうもろやし・なす・ たまねぎ
15 火	牛乳	じゃじゃ麺 梅ドレッシングサラダ フルーツヨーグルト	お茶 鮭おにぎり	牛乳・ふたひき肉・プ レーンヨーグルト	ゆでうどん・ごま油・砂糖・ 片栗粉・油・米	たまねぎ・にんじん・乾しいた け・キャベツ・きゅうり・にん じん・コーン・梅干し調味漬・ みかん缶詰・パインアップル缶 詰

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	453	18	17	248	1.8	153	0.25	0.35	20	3.3	1.3
3歳以上	510	21	18	232	2.4	169	0.3	0.36	25	4.1	1.5

令和 8 年



9月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
16	水	牛乳	ご飯 さわらの煮つけ 大根サラダ オクラのすまし汁	お茶 アイスクリーム	牛乳・さわら・ちくわ・ 絹ごし豆腐・アイスク リーム	米・三温糖・ウエハース	だいこん・きゅうり・にんじ ん・ゆでオクラ・たまねぎ
17	木	牛乳	親子丼 切干大根の甘酢和え チンゲン菜のすまし汁	お茶 みかんフルーチェ	牛乳・若鶏もも皮なし・ 鶏卵	米・砂糖・ごま油・花魁・フ ルーチェ	たまねぎ・生しいたけ・青ね ぎ・切干しだいこん・にんじ ん・きゅうり・チンゲンサイ・ みかん缶詰
18	金	牛乳	夏野菜と鶏肉のドライカレー かみかみサラダ フルーツゼリー	牛乳 しらすピザパン	牛乳・鶏もも・牛ひき 肉・ふたひき肉・チー ズ・しらす干し	米・油・ごま・砂糖・ごま 油・ゼリー・食パン	たまねぎ・にんじん・なす・青 ピーマン・トマトピューレ・ご ぼう・きゅうり・ゆでブロッコ リー・トマトケチャップ
19	土	牛乳	★口育メニュー 豚そぼろ丼 春雨サラダ 里芋の味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳・ふたひき肉・かに かまぼこ・麦みそ	米・油・砂糖・はるさめ・ご ま油・さといも・釜焼きふ・ 鉄・コラーゲンウエハース(コ コア	たまねぎ・にんじん・ゆでさや いんげん・きゅうり・カットわ かめ
24	木	牛乳	トマトとツナのスパゲティー アスパラとわかめのマリネ 豆乳スープ	お茶 やみつきおにぎり	牛乳・まぐろ水煮缶詰・ ベーコン・豆乳	マカロニ・スパゲティ・油・ 砂糖・米・てんかす	たまねぎ・マッシュルーム水煮 缶・コーン・トマトピューレ・ トマトケチャップ・アスパラガ ス・キャベツ・カットわかめ・ くわかぼちゃ・ほうれんそう・ 青のり
25	金	牛乳	ご飯 あじの蒲焼 ちくわサラダ 小松菜のスープ	牛乳 うさぎさんケーキ	牛乳・あじ・ちくわ・鶏 むね・豆乳	米・片栗粉・油・砂糖・ホッ トケーキミックス・無塩パ ター・粉糖・ビスケット	ゆでブロッコリー・にんじん・ こまつな・だいこん
26	土	牛乳	焼きうどん かぼちゃの煮物 わかめスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふたばら	ゆでうどん・油・砂糖・いり ごま・鉄・コラーゲンウエ ハース(ココア	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・青のり・くわかぼちゃ・ カットわかめ・もやし
28	月	牛乳	ご飯 鶏のから揚げ ピーマンサラダ 白菜スープ	牛乳 大芋芋	牛乳・若鶏もも・ローズ ハム	米・片栗粉・油・ビーフン・ マヨドレ・じゃがいも・さつ まいも・なたね油・三温糖・ いりごま	きゅうり・にんじん・はくさ い・コーン
29	火	牛乳	ふりかけごはん ミートローフ ブロッコリーとじゃが芋のサラダ コンソメスープ ヤクルト ★誕生会メニュー ロールパン タラのトマトソースかけ コールスローサラダ ポトフ風スープ	お茶 プリンアラモード	牛乳・牛ひき肉・ふたひ き肉・鶏卵・豆乳・ヤク ルト	ご飯・パン粉・油・じゃがい も・マヨドレ・プリン・ホ イップクリーム	たまねぎ・ミックスベジタブ ル・トマトケチャップ・ゆでブ ロッコリー・にんじん・コーン 缶詰クリーム・バナナ
30	水	牛乳	ロールパン タラのトマトソースかけ コールスローサラダ ポトフ風スープ	お茶 きつねおにぎり	牛乳・たら・まぐろ水煮 缶詰・ウインナーソー セージ・油揚げ	ロールパン・マヨドレ・砂 糖・じゃがいも・米	たまねぎ・ホールトマト・キャ ベツ・コーン・セロリー



離乳食後期 献立表

令和 8年 9月

五条くじら小規模保育保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
1 (火)	お茶	非常食体験	お菓子	・麦茶・せんべい
2 (水)	お茶	軟飯・鮭とキャベツの煮物・人参スティック・かぼちゃの味噌汁	おやつパン粥	・麦茶・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・くりかぼちゃ・たまねぎ・麦みそ・食パン・牛乳・砂糖
3 (木)	お茶	軟飯・鶏肉と大根の中華煮・きゅうりスティック・キャベツのすまし汁	ベビークラッカー	・麦茶・米・鶏ひき肉・だいこん・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・ソーダクラッカー
4 (金)	お茶	軟飯・豚肉と人参の中華煮・アスパラスティック・キャベツスープ	わかめ粥	・麦茶・米・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・炊き込みわかめ
5 (土)	お茶	鶏雑炊・人参スティック・大根の中華スープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・だいこん・ほうれんそう・鶏がらだし・薄口しょうゆ・せんべい
7 (月)	お茶	軟飯・鶏肉と玉ねぎのコンソメ煮・ブロッコリースティック・じゃが芋のすまし汁	クッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・パイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・ブロッコリー・じゃがいも・チンゲンサイ・かつお・昆布だし(荒節)・マンナビスケット
8 (火)	お茶	軟飯・たいとキャベツの煮物・きゅうりスティック・かぼちゃのすまし汁	ビスケット	・麦茶・米・たい・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・ゆでブロッコリー・ビスケット
9 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とほうれん草の煮物・人参スティック・さつまいもの味噌汁	白蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・さつまいも・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・ホットケーキミックス・牛乳・油
10 (木)	お茶	軟飯・カレイとかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・チンゲン菜スープ	オレンジケーキ	・麦茶・米・まがれい・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・チンゲンサイ・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・オレンジジュース・砂糖
11 (金)	お茶	パン粥・鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮・きゅうりスティック・キャベツスープ	ツナ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・トマトケチャップ・片栗粉・きゅうり・キャベツ・にんじん・パイオン・薄口しょうゆ・米・まぐろ水煮缶詰・濃口しょうゆ
12 (土)	お茶	豚肉と野菜の雑炊・ブロッコリースティック・豆腐のすまし汁	お菓子	・麦茶・米・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・青のり・ブロッコリー・絹ごし豆腐・せんべい
14 (月)	お茶	軟飯・豚肉と小松菜の煮物・ブロッコリースティック・なすの味噌汁	おやつパン粥	・麦茶・米・ぶたひき肉・こまつな・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・なす・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・食パン・牛乳・砂糖
15 (火)	お茶	煮込みうどん・かぼちゃスティック・ベビーヨーグルト	鮭粥	・麦茶・クッキー・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・プレーンヨーグルト・米・鮭フレーク
16 (水)	お茶	軟飯・鮭と大根の煮物・きゅうりスティック・豆腐のすまし汁	ベビーウエハース	・麦茶・米・さけ・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・たまねぎ・薄口しょうゆ・ウエハース
17 (木)	お茶	鶏肉とブロッコリーの雑炊・きゅうりスティック・チンゲン菜のすまし汁	ベビーせんべい	・麦茶・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・チンゲンサイ・花鮭・薄口しょうゆ・ハイハイソ
18 (金)	お茶	軟飯・鶏肉となすの煮物・きゅうりスティック・玉ねぎスープ	おやつパン粥	・麦茶・米・鶏ひき肉・なす・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・トマトピューレ・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・たまねぎ・薄口しょうゆ・食パン・牛乳・砂糖
19 (土)	お茶	五目雑炊・きゅうりスティック・ほうれん草の味噌汁	お菓子	・麦茶・米・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・青のり・きゅうり・ほうれんそう・釜焼きふ・麦みそ・せんべい
24 (木)	お茶	軟飯・白身魚のトマト煮・アスパラスティック・豆乳スープ	あおさ粥	・麦茶・米・まがれい水・にんじん・トマトピューレ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・くりかぼちゃ・ほうれんそう・豆乳・水・青のり・濃口しょうゆ
25 (金)	お茶	軟飯・鮭と大根の中華煮・ブロッコリースティック・小松菜のスープ	クッキー	・麦茶・米・たい・にんじん・だいこん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・こまつな・マンナビスケット
26 (土)	お茶	煮込みうどん・かぼちゃの煮物・ブロッコリースープ	お菓子	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・くりかぼちゃ・濃口しょうゆ・ゆでブロッコリー・せんべい
28 (月)	お茶	軟飯・鶏じゃが・きゅうりスティック・白菜スープ	ビスケット	・麦茶・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・はくさい・鶏がらだし・薄口しょうゆ・ビスケット
29 (火)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃのケチャップ煮・じゃが芋スティック・ブロッコリースープ	スライスバナナ	・麦茶・ご飯・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・トマトケチャップ・片栗粉・じゃがいも・ゆでブロッコリー・パイオン・薄口しょうゆ・バナナ
30 (水)	お茶	パン粥・たらとじゃが芋のトマト煮・アスパラスティック・キャベツスープ	おかか粥	・麦茶・食パン・たら・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・ホールトマト・濃口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・キャベツ・パイオン・薄口しょうゆ・米・かつお節



離乳食中期 献立表

令和 8年9月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (火)	非常食体験	
2 (水)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
3 (木)	7倍粥・鶏肉と大根の煮物・キャベツのすまし汁	・米・鶏ひき肉・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・たまねぎ
4 (金)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
5 (土)	鶏雑炊・大根スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・だいこん・ほうれんそう
7 (月)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・じゃが芋のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・チンゲンサイ
8 (火)	7倍粥・たいとキャベツの煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・たい・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・ゆでブロッコリー
9 (水)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・さつまいものすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
10 (木)	7倍粥・カレイとかぼちゃの煮物・チンゲン菜スープ	・米・まがれい・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・にんじん
11 (金)	パン粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・キャベツスープ	・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
12 (土)	鶏肉と野菜の雑炊・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・絹ごし豆腐
14 (月)	7倍粥・鶏肉と小松菜の煮物・なすのすまし汁	・米・鶏ひき肉・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
15 (火)	煮込みうどん・かぼちゃのマッシュ・ベビーヨーグルト	・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・プレーンヨーグルト
16 (水)	7倍粥・鮭と大根の煮物・豆腐のすまし汁	・米・さけ・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
17 (木)	鶏肉とブロッコリーの雑炊・チンゲン菜のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・花麴
18 (金)	7倍粥・鶏肉となすの煮物・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・なす・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・トマトピューレ・片栗粉・たまねぎ
19 (土)	五目雑炊・ほうれん草のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう・釜焼き飯
24 (木)	7倍粥・白身魚のトマト煮・豆乳スープ	・米・まがれい水煮・にんじん・トマトピューレ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・ほうれんそう・豆乳・水
25 (金)	7倍粥・鮭と大根の煮物・小松菜のスープ	・米・たい・にんじん・だいこん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
26 (土)	煮込みうどん・かぼちゃの煮物・ブロッコリースープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ・ゆでブロッコリー
28 (月)	7倍粥・鶏じゃが・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい
29 (火)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー
30 (水)	パン粥・タラとじゃが芋のトマト煮・キャベツスープ	・食パン・たら・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・ホールトマト・片栗粉・キャベツ