

令和8年

9月分

乳児献立表

かすみ台第一保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 火	ご飯 和風カレースープ 豆腐入り松風焼き さつまいもの甘煮 ごぼうサラダ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖／白ごま(いり)／さつまいも／上白糖／白ごま(すり)／ノンエッグマヨネーズ	牛乳1L／豚小間／鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／ツナチャンク	にんじん／玉葱／ほうれんそう／ねぎ／ごぼう／きゅうり／バナナ	牛乳 ◆塩おにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 496 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.2 g
2 水	ロールパン きのこスープ 鶏肉のヨーグルト味噌焼き ほうれん草とコーンのソテー れんこんサラダ	ロールパン／三温糖／とうもろこし缶詰(ホール)／有塩バター／白ごま(すり)／水稲穀粒(精白米)／白ごま(いり)／ノンエッグマヨネーズ	牛乳900ml／豚小間／かたくちいわし／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／明治ブルガリアヨーグルト／ロースハム	にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ほんしめじ／えのきたけ／なめこ／にんにく(りん茎)／しょうが／ほうれんそう／れんこん／きゅうり／日本なし	牛乳 ◆ごまおにぎり 果物(梨) 牛乳	1杯分 - 381 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 17.7 g 食塩相当量 1.8 g
3 木	ご飯 味噌汁(えのき・豆腐) 焼鮭 切干大根の煮物 わかめのなめ茸和え	水稲穀粒(精白米)／三温糖／無塩バター／薄力粉／グラニュー糖	牛乳1L／絹ごし豆腐／かたくちいわし(煮干し)／甘塩鮭／さつま揚げ／油揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かに風味かまぼこ／たまご	えのきたけ／あさつき／にんじん／切干しだいこん／きゅうり／えのきたけ(味付け瓶詰)／オレンジ	牛乳 ◆パウンドケーキ オレンジ 牛乳	1杯分 - 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 2.1 g
4 金	ご飯 すまし汁(はんぺん小松菜ひじき団子の甘酢あんかけ大根のコンソメ煮 そうめんサラダ	水稲穀粒(精白米)／かたくち粉／三温糖／そうめん・ひやむぎ(乾)／ごま油／サンドイッチ食パン／ノンエッグマヨネーズ	牛乳900ml／はんぺん／鯉節(花かつお)／豚ひき肉／干ひじき(スライス缶、乾)／かに風味かまぼこ	こまつな／ねぎ／しょうが／だいこん／きゅうり／バナナ	牛乳 ◆マヨサンド 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 476 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.9 g
5 土	ロールパン キャベツベーコンスープ タンドリーチキン コーンサラダ	ロールパン／とうもろこし缶詰(ホール)／水稲穀粒(精白米)／ノンエッグマヨネーズ	牛乳1L／ベーコン／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／明治ブルガリアヨーグルト／かつお加工品(かつお節)	キャベツ／玉葱／にんにく(りん茎)／きゅうり／バナナ	牛乳 ◆おかかおにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 450 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 2.3 g
7 月	カレーライス マカロニスープ ブロッコリーのマヨ焼き いかサラダ	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／ABCマカロニ／ノンエッグマヨネーズ／三温糖／サフラワー油／ごま油／チョコ抜きパン	牛乳900ml／豚小間／いかくん製	にんじん／玉葱／キャベツ／ブロッコリー／きゅうり／セロリ／バナナ	牛乳 ミルクパン 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 464 kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 2.7 g
8 火	ご飯 わかめの和風スープ 鶏肉のオレンジ焼き かぼちゃの含煮 キャベツかにかまサラダ	水稲穀粒(精白米)／三温糖／マーマレード(高糖度)／白ごま(すり)／ノンエッグマヨネーズ	牛乳1L／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／豚小間／かたくちいわし(煮干し)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／かに風味かまぼこ／油揚げ	にんじん／玉葱／干し椎茸／ねぎ／にんにく(りん茎)／しょうが／西洋かぼちゃ／キャベツ／きゅうり／オレンジ	牛乳 ◆きつねおにぎり オレンジ 牛乳	1杯分 - 524 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 1.9 g
9 水	御飯 味噌汁(なす・葱・油揚げ) 秋刀魚の蒲焼き ひじきの煮物 キャベツの塩昆布和え	水稲穀粒(精白米)／薄力粉／三温糖／ごま油／食パン(市販品)／有塩バター	牛乳900ml／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／さんま／干ひじき(スライス缶、乾)／焼き竹輪／塩昆布	なす／ねぎ／にんじん／キャベツ／日本なし	牛乳 ◆バターサンド 果物(梨) 牛乳	1杯分 - 448 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 2.0 g
10 木	牛乳パン 野菜スープ 鶏肉の唐揚げ マカロニソテー さつまいもサラダ	牛乳パン／かたくち粉／サフラワー油／マカロニ／さつまいも／とうもろこし缶詰(ホール)／ノンエッグマヨネーズ／水稲穀粒(精白米)	牛乳1L／ウィンナー／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／あおのり／わかめご飯の素	玉葱／にんじん／キャベツ／きゅうり／バナナ	麦茶 ◆わかめおにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 455 kcal たんぱく質 14.1 g 脂 質 14.8 g 食塩相当量 1.9 g
11 金	ご飯 味噌汁(なめこ・豆腐) 鮭の西京焼き 里芋と鶏肉の炒煮 ほうれん草と人参ごま和え	水稲穀粒(精白米)／三温糖／さといも／上白糖／白ごま(すり)／蒸しパン粉／黒砂糖	牛乳900ml／絹ごし豆腐／かたくちいわし(煮干し)／しろさけ／鶏若鶏肉モモ(皮なし)	なめこ／にんじん／ほうれんそう／バナナ	牛乳 ◆黒糖蒸しパン 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 470 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 10.9 g 食塩相当量 2.5 g
12 土	ロールパン チキンスープ 魚の味噌マヨネーズ焼き イタリアンサラダ	ロールパン／かたくち粉／三温糖／サフラワー油／水稲穀粒(精白米)／白ごま(いり)／ノンエッグマヨネーズ	牛乳1L／鶏小間／めかじき／ロースハム／サラダチーズ／塩昆布	にんじん／えのきたけ／ほうれんそう／きゅうり／バナナ	牛乳 ◆塩昆布おにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 441 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 1.8 g
14 月	ご飯 わかめスープ ハンバーグピザ 青のりポテト きゅうりのしらすあえ	水稲穀粒(精白米)／かたくち粉／とうもろこし缶詰(ホール)／パン粉(乾燥)／じゃがいも／サラダ油／牛乳パン	牛乳900ml／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／豚ひき肉／ピザ用チーズ／あおのり／かに風味かまぼこ／しらす干し(半乾燥品)	ねぎ／玉葱／青ピーマン／きゅうり／キャベツ／バナナ	牛乳 牛乳パン 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 477 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 16.8 g 食塩相当量 2.9 g
15 火	ご飯 和風カレースープ 豆腐入り松風焼き さつまいもの甘煮 ごぼうサラダ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖／白ごま(いり)／さつまいも／上白糖／白ごま(すり)／ノンエッグマヨネーズ	牛乳1L／豚小間／鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／ツナチャンク	にんじん／玉葱／ほうれんそう／ねぎ／ごぼう／きゅうり／バナナ	牛乳 ◆塩おにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 496 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.2 g
16 水	ロールパン きのこスープ 鶏肉のヨーグルト味噌焼き ほうれん草とコーンのソテー れんこんサラダ	ロールパン／三温糖／とうもろこし缶詰(ホール)／有塩バター／白ごま(すり)／水稲穀粒(精白米)／白ごま(いり)／ノンエッグマヨネーズ	牛乳900ml／豚小間／かたくちいわし／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／明治ブルガリアヨーグルト／ロースハム	にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ほんしめじ／えのきたけ／なめこ／にんにく(りん茎)／しょうが／ほうれんそう／れんこん／きゅうり／日本なし	牛乳 ◆ごまおにぎり 果物(梨) 牛乳	1杯分 - 381 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 17.7 g 食塩相当量 1.8 g
17 木	ご飯 味噌汁(えのき・豆腐) 焼鮭 切干大根の煮物 わかめのなめ茸和え	水稲穀粒(精白米)／三温糖／無塩バター／薄力粉／グラニュー糖	牛乳1L／絹ごし豆腐／かたくちいわし(煮干し)／甘塩鮭／さつま揚げ／油揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かに風味かまぼこ／たまご	えのきたけ／あさつき／にんじん／切干しだいこん／きゅうり／えのきたけ(味付け瓶詰)／清見オレンジ	牛乳 ◆パウンドケーキ オレンジ 牛乳	1杯分 - 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 2.1 g

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
18 金	ご飯 すまし汁(はんぺん小松菜 ひじき団子の甘酢あんかけ 大根のコンソメ煮 そうめんサラダ)	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉／三温糖／そ うめん・ひやむぎ(乾) ／ごま油／サンドイッ チ食パン／ノンエッグ マヨネーズ	牛乳900ml／はんぺん ／鯉節(花かつお)／ 豚ひき肉／干ひじき(ス テンス釜、乾)／かに風 味かまぼこ	こまつな／ねぎ／しょ うが／だいこん／きゅ うり／バナナ	牛乳 ◆マヨサンド 果物(バナナ)	エネルギー 476 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.9 g
19 土	ロールパン キャベツペーコンスープ タンドリーチキン コーンサラダ	ロールパン／とうもろ こし缶詰(ホル)／水稲 穀粒(精白米)／ノン エッグマヨネーズ	牛乳1L／ペーコン／ 鶏若鶏肉モモ(皮付き) ／明治ブルガリアヨー グルト／かつお加工品 (かつお節)	キャベツ／玉葱／にん にく(りん茎)／きゅう り／バナナ	牛乳 ◆おかかおにぎり 果物(バナナ)	エネルギー 450 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 2.3 g
24 木	牛乳パン 野菜スープ 鶏肉の唐揚げ マカロニソテー さつまいもサラダ	牛乳パン／かたくり粉 ／サフラワー油／マカ ロニ／さつまいも／と うもろこし缶詰(ホル) ／ノンエッグマヨネー ズ／三温糖／水稲穀粒 (精白米)	牛乳1L／ウィンナー ／鶏若鶏肉モモ(皮付 き)／あおのり	玉葱／にんじん／キャ ベツ／きゅうり／バナ ナ	麦茶 ◆わかめおにぎり 果物(バナナ)	エネルギー 459 kcal たんぱく質 14.5 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 2.0 g
25 金	ご飯 味噌汁(なめこ・豆腐) 鮭の西京焼き 里芋と鶏肉の炒煮 ほうれん草と人参ごま和え	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／さといも／上白 糖／白ごま(すり)／ 豆乳ロール	牛乳900ml／絹ごし豆 腐／かたくちいわし (煮干し)／しろさけ／ 鶏若鶏肉モモ(皮なし)	なめこ／にんじん／ほ うれんそう／バナナ	牛乳 豆乳ロール 果物(バナナ)	エネルギー 457 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 11.9 g 食塩相当量 2.5 g
26 土	ロールパン チキンスープ 魚の味噌マヨネーズ焼き イタリアンサラダ	ロールパン／かたくり 粉／三温糖／サフラ ワー油／水稲穀粒(精 白米)／白ごま(いり) ／ノンエッグマヨネー ズ	牛乳1L／鶏小間／め かじき／ロースハム／ サラダチーズ／塩昆布	にんじん／えのきたけ ／ほうれんそう／きゅ うり／バナナ	牛乳 ◆塩昆布おにぎり 果物(バナナ)	エネルギー 441 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 1.8 g
28 月	カレーライス マカロニスープ ブロッコリーのマヨ焼き いかサラダ	水稲穀粒(精白米)／ じゃがいも／ABCマカ ロニ／ノンエッグマヨ ネーズ／三温糖／サフ ラワー油／ごま油／ チョコ抜きパン	牛乳900ml／豚小間／ いかくん製	にんじん／玉葱／キャ ベツ／ブロッコリー／ きゅうり／セロリ／ バナナ	牛乳 ミルクパン 果物(バナナ)	エネルギー 464 kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 2.7 g
29 火	ご飯 わかめの和風スープ 鶏肉のオレンジ焼き かぼちゃの含煮 キャベツかにかまサラダ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／マーマレード (高糖度)／白ごま(す り)／ノンエッグマヨ ネーズ	牛乳1L／湯通し塩蔵 わかめ(塩抜き)／豚小 間／かたくちいわし (煮干し)／鶏若鶏肉モ モ(皮付き)／かに風味 かまぼこ／油揚げ	にんじん／玉葱／干し 椎茸／ねぎ／にんにく (りん茎)／しょうが／ 西洋かぼちゃ／キャベ ツ／きゅうり／清見オ レンジ	牛乳 ◆きつねおにぎり 清見オレンジ	エネルギー 524 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 1.9 g
30 水	御飯 味噌汁(なす・葱・油揚げ 秋刀魚の蒲焼き ひじきの煮物 キャベツの塩昆布和え)	水稲穀粒(精白米)／薄 力粉／三温糖／ごま油 ／食パン(市販品)／ 有塩バター	牛乳900ml／油揚げ／ かたくちいわし(煮干 し)／さんま／干ひじ き(ステンス釜、乾)／焼 き竹輪／塩昆布	なす／ねぎ／にんじん ／キャベツ／日本なし	牛乳 ◆バターサンド 果物(梨)	エネルギー 448 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 2.0 g
(★印はアレルギー除去対象食品です)			月 平 均 栄 養 価		エネルギー 463 kcal 脂 質 16.9 g	タンパク質 19.2 g 食塩相当量 2.1 g