



2026年9月 浜寺太陽幼稚園メニュー（1号）



※そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き						
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの		その他		
3	木	かやくうどん ちくわの天ぷら フルーツ（バナナ）	うどん・でん粉 天ぷら粉・小麦粉・油	平天 ちくわ	白菜・人参・干しいたけ・青ねぎ バナナ		だし・白だし 塩 		
4	金	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 ごはん キャベツともやしの味噌汁 フルーツ（白桃）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 キャベツ・太もやし 白桃(缶詰)		塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし		
7	月	メンチカツ オクラと白菜の和え物 ごはん 人参とブロッコリーのスープ オレンジゼリー 	油 米(国産) オレンジゼリーの素 	メンチカツ	オクラ・白菜 人参・ブロッコリー みかん(缶詰)		中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし コンソメ		
8	火	クリームシチュー もやしとキャベツのサラダ ロールパン フルーツ（黄桃） 	じゃが芋・油 油・砂糖 ロールパン	鶏肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース コーン・キャベツ・太もやし 黄桃(缶詰)		クリームシチューミックス 醤油・酢		
9	水	白身魚のあおさ焼 ほうれん草と白菜のごま和え ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・油 白ごま 米(国産) さつま芋	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	あおさのり ほうれん草・白菜  みかん(缶詰)		醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし		
10	木	醤油ラーメン 蒸しシューマイ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油	豚肉 しゅうまい	人参・小松菜・キャベツ バナナ		醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ		
11	金	ヤンニョム風チキン サイコロ高野の煮物 ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	でん粉・油・砂糖・ごま油 砂糖 米(国産)	鶏肉 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	にんにく 人参・グリーンピース わかめ・大根 オレンジ		塩・料理酒・本みりん・トマトケチャップ・醤油・酢 和風だし・醤油・料理酒 だし 		
14	月	ハンバーグ 春雨サラダ ごはん うす揚げと白菜の味噌汁 フルーツ（白桃）	砂糖 緑豆春雨・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草・赤ピーマン 白菜 白桃(缶詰)		トマトケチャップ 塩 だし		
15	火	カレイの照焼 ひじき豆 ごはん 花魁と小松菜のすまし汁 フルーツ（オレンジ）	油・砂糖 砂糖 米(国産) 花魁 	黄金がれい 大豆	しょうが ひじき・人参 小松菜 オレンジ		醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩		
★ 16	水	フライドチキン マカロニサラダ ピラフ わかめとじゃが芋のスープ プリンアラモード 	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) じゃが芋 プリン（豆乳クリーム入）・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ わかめ 黄桃(缶詰)		塩・鶏がらスープ 塩 コンソメ・塩 コンソメ		
17	木	焼そば 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	焼きそば用麺・油・でん粉 油	豚肉 ギョーザ	玉ねぎ・人参・キャベツ・太もやし バナナ		料理酒・中濃ソース・とんかつソース ほん酢		
18	金	ミンチときのこのカレー ツナサラダ フルーツポンチ 	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉 ツナフレーク 	玉ねぎ・人参・しめじ・エリンギ ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)		カレールウ 酢・塩・醤油		
24	木	ウインナーピラフ 野菜コロッケ コーンとほうれん草のスープ ピーチゼリー 	米(国産)・油 野菜コロッケ・油 ピーチゼリーの素	ウインナー	玉ねぎ・人参・グリーンピース コーン・ほうれん草 黄桃(缶詰)		コンソメ・塩 コンソメ		
25	金	肉団子の照りだれ 納豆和え ごはん 人参と白菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・にんにく・塩昆布 人参・白菜 みかん(缶詰)		生姜焼のたれ・醤油・本みりん・和風だし 醤油 だし		
28	月	マーマレードチキン キャベツとほうれん草のサラダ ごはん わかめと大根のスープ フルーツ（黄桃）	砂糖・でん粉・油・マーマレード 油・砂糖 米(国産)	鶏肉	にんにく・しょうが キャベツ・人参・ほうれん草 わかめ・大根 黄桃(缶詰)		醤油・白ワイン 醤油・酢 コンソメ 		
29	火	アジフライ きんぴらごぼう ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産) さつま芋	あじフライ 豆腐・赤みそ・白みそ	ごぼう・人参 オレンジ		中濃ソース 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし		
30	水	ハヤシライス 切干大根サラダ フルーツ（梨） 	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 切干大根・きゅうり・赤ピーマン 梨		ハヤシルウ・トマトケチャップ 醤油・酢・本みりん		
※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。				栄養価		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
				平均栄養価		369kcal	13.0g	8.3g	54mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



スプーンマークがある日はスプーンを持参して下さい。

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2026年9月 浜寺太陽幼稚園メニュー（2号）



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き					
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの		その他	
1	火	グリルチキン 白菜とキャベツのおかか和え ごはん コーンと玉ねぎのスープ フルーツ（黄桃）	油 米(国産)	鶏肉 かつお節	にんにく 白菜・キャベツ・人参 コーン・玉ねぎ 黄桃(缶詰)		塩・醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
2	水	豚肉と厚揚げの味噌炒め ひじき煮 ごはん 花麩とほうれん草のすまし汁 フルーツ（オレンジ）	油・砂糖 つきこんにゃく・砂糖 米(国産) 花麩	豚肉・生揚げ・赤みそ	赤ピーマン・玉ねぎ・太もやし・さやいんげん・しょうが・にんにく ひじき・人参・グリーンピース ほうれん草 オレンジ		醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩 	
3	木	かやくうどん ちくわの天ぷら フルーツ（バナナ）	うどん・でん粉 天ぷら粉・小麦粉・油	平天 ちくわ	白菜・人参・干しいたけ・青ねぎ バナナ		だし・白だし 塩	
4	金	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 ごはん キャベツともやしの味噌汁 フルーツ（白桃）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産) 	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 キャベツ・太もやし 白桃(缶詰)		塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし	
7	月	メンチカツ オクラと白菜の和え物 ごはん 人参とブロッコリーのスープ オレンジゼリー 	油 米(国産) オレンジゼリーの素	メンチカツ	オクラ・白菜 人参・ブロッコリー みかん(缶詰)		中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
8	火	クリームシチュー もやしとキャベツのサラダ ロールパン フルーツ（黄桃） 	じゃが芋・油 油・砂糖 ロールパン	鶏肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース コーン・キャベツ・太もやし  黄桃(缶詰)		クリームシチューミックス 醤油・酢	
9	水	白身魚のあおさ焼 ほうれん草と白菜のごま和え ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・油 白ごま 米(国産) さつま芋	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	あおさのり ほうれん草・白菜 みかん(缶詰)		醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
10	木	醤油ラーメン 蒸しシューマイ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油	豚肉 しゅうまい	人参・小松菜・キャベツ バナナ		醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ	
11	金	ヤンニョム風チキン サイコロ高野の煮物 ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	でん粉・油・砂糖・ごま油 砂糖 米(国産)	鶏肉 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	にんにく 人参・グリーンピース わかめ・大根 オレンジ		塩・料理酒・本みりん・トマトケチャップ・醤油・酢 和風だし・醤油・料理酒 だし 	
14	月	ハンバーグ 春雨サラダ ごはん うす揚げと白菜の味噌汁 フルーツ（白桃）	砂糖 緑豆春雨・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草・赤ピーマン 白菜 白桃(缶詰)		トマトケチャップ 塩 だし	
15	火	カレーの照焼 ひじき豆 ごはん 花麩と小松菜のすまし汁 フルーツ（オレンジ） 	油・砂糖 砂糖 米(国産) 花麩	黄金がれい 大豆	しょうが ひじき・人参 小松菜 オレンジ		醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
★16	水	フライドチキン マカロニサラダ ピラフ わかめとじゃが芋のスープ プリンアラモード 	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) じゃが芋 プリン（豆乳クリーム入）・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ わかめ 黄桃(缶詰)		塩・鶏がらスープ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
17	木	焼そば 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	焼きそば用麺・油・でん粉 油	豚肉 ギョーザ	玉ねぎ・人参・キャベツ・太もやし バナナ		料理酒・中濃ソース・とんかつソース ぼん酢	
18	金	ミンチときのこのこのカレー ツナサラダ フルーツポンチ 	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉  ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ・エリンギ ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)		カレールウ 酢・塩・醤油	
24	木	ウインナーピラフ 野菜コロッケ コーンとほうれん草のスープ ピーチゼリー 	米(国産)・油 野菜コロッケ・油 ピーチゼリーの素	ウインナー	玉ねぎ・人参・グリーンピース コーン・ほうれん草 黄桃(缶詰)		コンソメ・塩 コンソメ	
25	金	肉団子の照りだれ 納豆和え ごはん 人参と白菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・にんにく・塩昆布 人参・白菜 みかん(缶詰)		生姜焼のたれ・醤油・本みりん・和風だし 醤油 だし	
28	月	マーマレードチキン キャベツとほうれん草のサラダ ごはん わかめと大根のスープ フルーツ（黄桃）	砂糖・でん粉・油・マーマレード 油・砂糖 米(国産)	鶏肉	にんにく・しょうが キャベツ・人参・ほうれん草 わかめ・大根 黄桃(缶詰)		醤油・白ワイン 醤油・酢 コンソメ 	
29	火	アジフライ きんぴらごぼう ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産) さつま芋	あじフライ 豆腐・赤みそ・白みそ	ごぼう・人参 オレンジ		中濃ソース 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	
30	水	ハヤシライス 切干大根サラダ フルーツ（梨） 	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 切干大根・きゅうり・赤ピーマン 梨		ハヤシルウ・トマトケチャップ 醤油・酢・本みりん	
※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。				栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
				平均栄養価	364kcal	13.2g	8.0g	56mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



スプーンマークがある日はスプーンを持参して下さい。

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2026年9月 浜寺太陽幼稚園メニュー（3号）



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き					
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの		その他	
1	火	グリルチキン 白菜とキャベツのおかか和え ごはん コーンと玉ねぎのスープ フルーツ（黄桃）	油 米(国産)	鶏肉 かつお節	にんにく 白菜・キャベツ・人参 コーン・玉ねぎ 黄桃(缶詰)		塩・醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
2	水	豚肉と厚揚げの味噌炒め ひじき煮 ごはん 花麩とほうれん草のすまし汁 フルーツ（オレンジ）	油・砂糖 つきこんにゃく・砂糖 米(国産) 花麩	豚肉・生揚げ・赤みそ	赤ピーマン・玉ねぎ・太もやし・さやいんげん・しょうが・にんにく ひじき・人参・グリーンピース ほうれん草 オレンジ		醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
3	木	かやくうどん ちくわの天ぷら フルーツ（バナナ）	うどん・でん粉 天ぷら粉・小麦粉・油	平天 ちくわ	白菜・人参・干しいたけ・青ねぎ バナナ		だし・白だし 塩	
4	金	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 ごはん キャベツともやしの味噌汁 フルーツ（白桃）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 キャベツ・太もやし 白桃(缶詰)		塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし	
7	月	メンチカツ オクラと白菜の和え物 ごはん 人参とブロッコリーのスープ オレンジゼリー	油 米(国産) オレンジゼリーの素	メンチカツ	オクラ・白菜 人参・ブロッコリー みかん(缶詰)		中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
8	火	クリームシチュー もやしとキャベツのサラダ ロールパン フルーツ（黄桃）	じゃが芋・油 油・砂糖 ロールパン	鶏肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース コーン・キャベツ・太もやし 黄桃(缶詰)		クリームシチューミックス 醤油・酢	
9	水	白身魚のあおさ焼 ほうれん草と白菜のごま和え ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・油 白ごま 米(国産) さつま芋	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	あおさのり ほうれん草・白菜 みかん(缶詰)		醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
10	木	醤油ラーメン 蒸しシューマイ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油	豚肉 しゅうまい	人参・小松菜・キャベツ バナナ		醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ	
11	金	ヤンニョム風チキン サイコロ高野の煮物 ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	でん粉・油・砂糖・ごま油 砂糖 米(国産)	鶏肉 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	にんにく 人参・グリーンピース わかめ・大根 オレンジ		塩・料理酒・本みりん・トマトケチャップ・醤油・酢 和風だし・醤油・料理酒 だし	
14	月	ハンバーグ 春雨サラダ ごはん うす揚げと白菜の味噌汁 フルーツ（白桃）	砂糖 緑豆春雨・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草・赤ピーマン 白菜 白桃(缶詰)		トマトケチャップ 塩 だし	
15	火	カレーの照焼 ひじき豆 ごはん 花麩と小松菜のすまし汁 フルーツ（オレンジ）	油・砂糖 砂糖 米(国産) 花麩	黄金がれい 大豆	しょうが ひじき・人参 小松菜 オレンジ		醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
16	水	★ フライドチキン マカロニサラダ ピラフ わかめとじゃが芋のスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) じゃが芋 プリン（豆乳クリーム入）・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ わかめ 黄桃(缶詰)		塩・鶏がらスープ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
17	木	焼きそば 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	焼きそば用麺・油・でん粉 油	豚肉 ギョーザ	玉ねぎ・人参・キャベツ・太もやし バナナ		料理酒・中濃ソース・とんかつソース ほん酢	
18	金	ミンチときこのカレー ツナサラダ フルーツポンチ	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ・エリンギ ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)		カレールウ 酢・塩・醤油	
24	木	ウインナーピラフ 野菜コロッケ コーンとほうれん草のスープ ピーチゼリー	米(国産)・油 野菜コロッケ・油 ピーチゼリーの素	ウインナー	玉ねぎ・人参・グリーンピース コーン・ほうれん草 黄桃(缶詰)		コンソメ・塩 コンソメ	
25	金	肉団子の照りだれ 納豆和え ごはん 人参と白菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・にんにく・塩昆布 人参・白菜 みかん(缶詰)		生姜焼のたれ・醤油・本みりん・和風だし 醤油 だし	
28	月	マーメレードチキン キャベツとほうれん草のサラダ ごはん わかめと大根のスープ フルーツ（黄桃）	砂糖・でん粉・油・マーメレード 油・砂糖 米(国産)	鶏肉	にんにく・しょうが キャベツ・人参・ほうれん草 わかめ・大根 黄桃(缶詰)		醤油・白ワイン 醤油・酢 コンソメ	
29	火	アジフライ きんぴらごぼう ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産) さつま芋	あじフライ 豆腐・赤みそ・白みそ	ごぼう・人参 オレンジ		中濃ソース 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	
30	水	ハヤシライス 切干大根サラダ フルーツ（梨）	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 切干大根・きゅうり・赤ピーマン 梨		ハヤシルウ・トマトケチャップ 醤油・酢・本みりん	
※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。				栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
				平均栄養価	391kcal	13.4g	9.4g	90mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

月＝マンナビスケット

水＝マンナウエハース

金＝星たべよ

全種類

火＝ソフトせんべい

木＝やわらかおかき(のり塩)

卵を含まないお菓子です

☆ 栄養価は、午前おやつ・昼食を合わせた表記となっております。

2026年9月

浜寺太陽幼稚園メニュー（1号）

おひさま組

※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き					
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの		その他	
1	火	グリルチキン 白菜とキャベツのおかか和え ごはん コーンと玉ねぎのスープ フルーツ（黄桃）	油 米(国産)	鶏肉 かつお節	にんにく 白菜・キャベツ・人参 コーン・玉ねぎ 黄桃(缶詰)		塩・醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
2	水	豚肉と厚揚げの味噌炒め ひじき煮 ごはん 花麩とほうれん草のすまし汁 フルーツ（オレンジ）	油・砂糖 つきこんにゃく・砂糖 米(国産) 花麩	豚肉・生揚げ・赤みそ	赤ピーマン・玉ねぎ・太もやし・さやいんげん・しょうが・にんにく ひじき・人参・グリーンピース ほうれん草 オレンジ		醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
3	木	かやくうどん ちくわの天ぷら フルーツ（バナナ）	うどん・でん粉 天ぷら粉・小麦粉・油	平天 ちくわ	白菜・人参・干しいだけ・青ねぎ バナナ		だし・白だし 塩	
4	金	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 ごはん キャベツともやしの味噌汁 フルーツ（白桃）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 キャベツ・太もやし 白桃(缶詰)		塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし	
7	月	メンチカツ オクラと白菜の和え物 ごはん 人参とブロッコリーのスープ オレンジゼリー	油 米(国産) オレンジゼリーの素	メンチカツ	オクラ・白菜 人参・ブロッコリー みかん(缶詰)		中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
8	火	クリームシチュー もやしとキャベツのサラダ ロールパン フルーツ（黄桃）	じゃが芋・油 油・砂糖 ロールパン	鶏肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース コーン・キャベツ・太もやし 黄桃(缶詰)		クリームシチューミックス 醤油・酢	
9	水	白身魚のあおさ焼 ほうれん草と白菜のごま和え ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・油 白ごま 米(国産) さつま芋	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	あおさのり ほうれん草・白菜 みかん(缶詰)		醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
10	木	醤油ラーメン 蒸しシューマイ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油	豚肉 しゅうまい	人参・小松菜・キャベツ バナナ		醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ	
11	金	ヤンニョム風チキン サイコロ高野の煮物 ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	でん粉・油・砂糖・ごま油 砂糖 米(国産)	鶏肉 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	にんにく 人参・グリーンピース わかめ・大根 オレンジ		塩・料理酒・本みりん・トマトケチャップ・醤油・酢 和風だし・醤油・料理酒 だし	
14	月	ハンバーグ 春雨サラダ ごはん うす揚げと白菜の味噌汁 フルーツ（白桃）	砂糖 緑豆春雨・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草・赤ピーマン 白菜 白桃(缶詰)		トマトケチャップ 塩 だし	
15	火	カレイの照焼 ひじき豆 ごはん 花麩と小松菜のすまし汁 フルーツ（オレンジ）	油・砂糖 砂糖 米(国産) 花麩	黄金がれい 大豆	しょうが ひじき・人参 小松菜 オレンジ		醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
16	水	フライドチキン マカロニサラダ ピラフ わかめとじゃが芋のスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) じゃが芋 プリン（豆乳クリーム入）・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ わかめ 黄桃(缶詰)		塩・鶏がらスープ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
17	木	焼きそば 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	焼きそば用麺・油・でん粉 油	豚肉 ギョーザ	玉ねぎ・人参・キャベツ・太もやし バナナ		料理酒・中濃ソース・とんかつソース ほん酢	
18	金	ミンチときこのカレー ツナサラダ フルーツポンチ	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ・エリンギ ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)		カレールウ 酢・塩・醤油	
24	木	ウインナーピラフ 野菜コロッケ コーンとほうれん草のスープ ピーチゼリー	米(国産)・油 野菜コロッケ・油 ピーチゼリーの素	ウインナー	玉ねぎ・人参・グリーンピース コーン・ほうれん草 黄桃(缶詰)		コンソメ・塩 コンソメ	
25	金	肉団子の照りだれ 納豆和え ごはん 人参と白菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・にんにく・塩昆布 人参・白菜 みかん(缶詰)		生姜焼のたれ・醤油・本みりん・和風だし 醤油 だし	
28	月	マーマレードチキン キャベツとほうれん草のサラダ ごはん わかめと大根のスープ フルーツ（黄桃）	砂糖・でん粉・油・マーマレード 油・砂糖 米(国産)	鶏肉	にんにく・しょうが キャベツ・人参・ほうれん草 わかめ・大根 黄桃(缶詰)		醤油・白ワイン 醤油・酢 コンソメ	
29	火	アジフライ きんぴらごぼう ごはん 豆腐とさつま芋の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産) さつま芋	あじフライ 豆腐・赤みそ・白みそ	ごぼう・人参 オレンジ		中濃ソース 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	
30	水	ハヤシライス 切干大根サラダ フルーツ（梨）	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 切干大根・きゅうり・赤ピーマン 梨		ハヤシルウ・トマトケチャップ 醤油・酢・本みりん	
※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。				栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
				平均栄養価	364kcal	13.2g	8.0g	56mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2026年9月 浜寺太陽幼稚園 午後おやつメニュー（3号）



※そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

日付	曜日	献立	材料
1	火	みかん入りカルピスゼリー 牛乳	みかん(缶詰)・寒天 カルピス 牛乳
2	水	りんごジャムサンド 牛乳	食パン りんごジャム 牛乳
3	木	昆布おにぎり 牛乳	米(国産) 塩昆布 牛乳
4	金	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・ミックスチーズ 牛乳
7	月	お麩のきな粉ラスク 牛乳	おつゆ麩・マーガリン 砂糖・きな粉 牛乳
8	火	しらすおにぎり 牛乳	米(国産)・しらす 醤油 牛乳
9	水	キャロットマフィン 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・マーガリン 豆乳・人参 牛乳
10	木	おかかおにぎり 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油 牛乳
11	金	野菜パンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・豆腐 野菜&果物ジュース・油 牛乳
14	月	パンプキンマフィン 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・油 豆乳・かぼちゃ 牛乳
15	火	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
16	水	ウインナー蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・コンソメ 豆乳・油・ウインナー 牛乳
17	木	菜飯おにぎり 牛乳	米(国産) 菜めしの素 牛乳
18	金	さつま芋団子みたらしあん 牛乳	さつま芋・砂糖 醤油・でん粉 牛乳
24	木	豆乳蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油 牛乳
25	金	バナナパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・豆腐 豆乳・油・バナナ 牛乳
28	月	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
29	火	黒糖シュガートースト 牛乳	食パン・マーガリン 黒砂糖・砂糖 牛乳
30	水	ふわふわかぼちゃクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・かぼちゃ 牛乳
栄養価平均値			エネルギー174kcal たんぱく質4.6g 脂質5.8g カルシウム94mg

＊材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

※午後おやつには全日、無調整牛乳70ccを飲みます。