

令和8年9月 あおぞら保育園 献立表

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	ごはん 親子煮 磯辺和え バナナ 油揚げのみそ汁 牛乳 そうめん	ごはん チリコンカン ブロッコリーのおかかマヨ和え キウイ ほうれん草のみそ汁 牛乳 手作りゼリー	菜飯 メンチカツ コールスローサラダ オレンジ なめこ汁 牛乳 のりチーズトースト	ごはん 松風焼き 錦糸和え 納豆 厚揚げのみそ汁 牛乳 バナナ
7	8	9	10	11
ごはん バーベキューチキン 春雨サラダ パイン缶 小松菜のみそ汁 牛乳 麩ラスク	ごはん サーモンフライ ハムサラダ オレンジ じゃが芋のみそ汁 牛乳 クレープ	ふりかけごはん ツナ入り玉子焼き ポテトサラダ りんご缶 麩のみそ汁 牛乳 ジャムサンド	ごはん スタミナ炒め 揚げシューマイ キウイ 豆腐のみそ汁 牛乳 かぼちゃのホットケーキ	スパゲッティミートソース 花野菜サラダ バナナ コンソメスープ 牛乳 アスパラガスビスケット
14	15	16	17	18
チキンカレー 玉子サラダ オレンジ もずくスープ 牛乳 手作りゼリー	ごはん 麻婆豆腐 三色ナムル パイン缶 わかめスープ 牛乳 青のりポテト	二色丼 ツナマカロニサラダ バナナ 豚汁 牛乳 シュガートースト	ごはん 鶏肉の唐揚げ カラフルサラダ りんご缶 切り干し大根のみそ汁 牛乳 みかんヨーグルト	ごはん 白身魚のバターしょうゆ焼き きんぴらごぼう キウイ じゃが芋のみそ汁 牛乳 バームクーヘン
21	22	23	24	25
敬老の日	国民の休日	秋分の日	ツナカレー ブロッコリーサラダ パイン缶 春雨スープ 牛乳 あべかわマカロニ	ごはん 鮭のごま照り焼き ひじき煮 十五夜ゼリー けんちん汁 牛乳 ふかし芋
28	29	30		
ごはん 野菜いろいろ肉団子 ビーフンソテー りんご缶 わかめのみそ汁 牛乳 手作りゼリー	わかめごはん しらす入り玉子焼き マカロニサラダ バナナ もやしのみそ汁 牛乳 ブルーベリージャムサンド	ごはん さばの塩焼き 切り干し大根の煮物 オレンジ 豆腐のみそ汁 牛乳 ホットケーキ		

保育園における給与栄養目標量(3歳以上) エネルギー575kcal たんぱく質23.5g カルシウム260mg

今月の平均給与栄養量(3歳以上) エネルギー565kcal たんぱく質23.8g カルシウム266mg

※3歳未満児には毎日、40kcal程度の朝のおやつ提供。

※毎日昼食時麦茶提供。