

令和8年9月分 幼保連携型認定こども園 瑠璃こども園予定献立表



十五夜

旧暦の8月15日の夜に見える月を「十五夜」またの名を「中秋の名月」と呼びます。美しい月を眺めるだけでなく、秋の収穫に感謝を伝える大切な行事です。十五夜は、この時期にとれる里芋をお供えすることから「芋名月」とも呼ばれています。月見団子と一緒に、旬の実に感謝していただきましょう。十五夜の約1か月後には、栗や豆の収穫を祝う「十三夜」というお月見があります。あわせて季節の行事を楽しみたいですね。

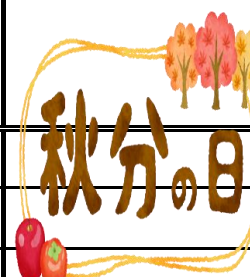
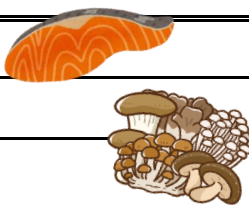


「食べる備え」大切です

9月1日は防災の日です。備蓄品によく使われるカレーや長期保存ができる乾物を使ったメニューを給食の献立に取り入れています。ご家庭で備蓄している食品は「もしもの時のごはん」として一度試しておくことをおすすめします。苦手な味やアレルギーがないか、事前に確認することができ、災害時も慌てず安心できます。



旬の食材
さけ さんま いか さといも
さつまいも かぼちゃ なす
きのこ類 ぶどう なし

月	火	水	木	金	土	
	1 カレイの焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁(わかめ)	2 ぎせい豆腐 もやしのゆかり和え すまし汁(大根)  鬼まんじゅう	3 ポークチャップ スパゲティーサラダ 豆乳チャウダー	4 麻婆茄子 白菜のごま和え ふかし芋	5 チャンポン焼き バナナ	
	未満児(米) ○さとう	未満児(米) ○油 ○さとう 小麦粉 さつまいも	未満児(米) ○油 ○さとう △いりごま スパゲティー(乾) △マヨネーズドレッシング 小麦粉	未満児(米) ○油 ○さとう かたくり粉 △いりごま さつまいも	中華めん(ゆで) うどん(ゆで) ○油	
	かれい △鶏もも肉 △切り干し大根 口油揚げ ○かつわかめ(干) ○みそ	○たまご 木綿豆腐 △鶏ひき肉 △豚ひき肉 ○みそ ×ちくわ	△豚もも肉 △ツナ缶(油漬) △鶏もも肉 ○豆乳(調整豆乳)	木綿豆腐 △豚ひき肉 ○赤みそ	△豚もも肉 ○削りかつお ○青のり	
	にんじん たまねぎ △えのき茸 ○ねぎ	○ねぎ にんじん △生しいたけ もやし きゅうり だいこん たまねぎ △しめじ	たまねぎ グリンピース(冷) きゅうり にんじん かぼちゃ バゼリ(乾)	○なす たまねぎ にんじん ○ピーマン △干しいたけ ×しょうが はくさい	にんじん たまねぎ キャベツ バナナ	
7 姫路風おでん キャベツの和風サラダ 揚げシューマイ	8 鮭のちゃんちゃん焼き おかかきゅうり ばち汁	9 鶏肉の和風唐揚げ 菊花和え風 みそ汁(なす)  かぼちゃのスイートボール	10 回鍋肉 ひじきのごまマヨサラダ 冬瓜のスープ	11 もずくとコーンのかき揚げ ほうれん草とえのきの和え物 みそ汁(豆腐)	12 生姜焼きバーガー ジュース・バナナ	
未満児(米) じゃがいも 口こんにやく ○さとう ○油	未満児(米) じゃがいも ○油 ○ハチ ばち(乾)	未満児(米) △いりごま 小麦粉 かたくり粉 ○油 ○さとう ホットケーキミックス グラニュー糖	未満児(米) ○油 ○さとう △いりごま △マヨネーズドレッシング	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 ○油		
△牛もも肉 ×さつま揚げ △サラダ昆布	さけ ○みそ ○削りかつお	△鶏もも肉 口かまぼこ	△豚もも肉 ○みそ ○ひじき(乾) ロベーコン	×ちくわ ○もずく(生) ちりめんじゃこ ○木綿豆腐		
だいこん にんじん ×しょうが キャベツ きゅうり ×シューマイ(冷)	キャベツ ○ピーマン たまねぎ にんじん きゅうり だいこん	×しょうが ほうれん草 にんじん △黄ピーマン たまねぎ ○なす ○白ねぎ かぼちゃ バナナ	たまねぎ にんじん キャベツ ○ピーマン きゅうり スイートコーン(粒・冷) とうがん ○ねぎ	たまねぎ にんじん スイートコーン(粒・冷) ほうれん草 △えのき茸 △しめじ ○ねぎ		
14 ハッシュドビーフ はんぺんのハンバーグ風 海草サラダ	15 筑前煮 磯辺揚げ キャベツの甘酢	16 鶏肉のさっぱり煮 鉄火なす すまし汁(もずく)  レアチーズケーキ	17 さんまの塩焼き 肉かぼちゃ みそ汁(麩)	18 豚肉のしょうが焼き ブロッコリーのマヨネーズ和え かき玉汁		19 かやくうどん バナナ
未満児(米) ○油 かたくり粉 △マヨネーズドレッシング ○ごま油	未満児(米) 口こんにやく ○さとう ○油 さつまいも 小麦粉 かたくり粉	未満児(米) ○さとう ○油	未満児(米) 麩(乾) ○油 ○さとう	未満児(米) ○油 ○さとう △マヨネーズドレッシング	うどん(ゆで) ○さとう	
△牛もも肉 ×はんぺん ○青のり △とろけるチーズ ○かつわかめ(干) △ツナ缶(油漬)	△鶏もも肉 ×ちくわ ○青のり ロースハム	△鶏もも肉 ○赤みそ 木綿豆腐 もずく ヨーグルト グリムチーズ ゼラチン	△さんま △牛もも肉 口油揚げ ○かつわかめ(干) ○みそ	△豚もも肉 △ツナ缶(油漬) ○たまご	△鶏もも肉 ×ちくわ	
たまねぎ にんじん グリンピース(冷) ○トマトビュレ きゅうり	だいこん にんじん れんこん △ごぼう △干しいたけ グリンピース(冷) キャベツ きゅうり	×しょうが ○なす たまねぎ にんじん ○ピーマン ○ねぎ	かぼちゃ たまねぎ にんじん ○ねぎ	たまねぎ ×しょうが ブロッコリー にんじん △えのき茸 ○ねぎ	たまねぎ にんじん △しいたけ ○白ねぎ バナナ	
21 月に一度、金曜日 に おやつパンがありま す。 今月は 25日 ちくわばん です。	22 	23 	24 あじフライ ポパイサラダ みそ汁(わかめ)  おはぎ	25 お月見ハンバーグ キャロットサラダ きのこスープ	26 焼きそばパン ジュース・バナナ	
				未満児(米) 小麦粉 はん粉 △マヨネーズドレッシング	未満児(米) ○油 ○オリーブ油 ○さとう	
				△あじ △ツナ缶(油漬) 口油揚げ ○かつわかめ(干) ○みそ きなこ	○卵シート ロベーコン	
				ほうれん草 にんじん スイートコーン(粒・冷) たまねぎ ○ねぎ	×ハンバーグ(冷) にんじん きゅうり スイートコーン(粒・冷) たまねぎ △しめじ △えのき茸 バゼリ(乾)	
28 炊き込みご飯(きのこ) 根菜汁	29 白身魚の野菜あんかけ かぼちゃサラダ みそ汁(白菜)	30 牛肉のウエスタン風 きゅうりこんぶ わかめスープ  キャロットケーキ	行事のおやつ おはぎ 秋の彼岸に萩の花が咲くので「おはぎ」、春の彼岸に牡丹の花が咲くので「ぼた餅」と言われていますが、どちらも同じものです。家庭で春秋の彼岸に作って仏前に供えるという風習が江戸時代からあり、小豆は邪気をはらうといわれています。 			
米 口こんにやく ○油 ○さとう ○さといも	未満児(米) かたくり粉 ○油 △マヨネーズドレッシング	未満児(米) かたくり粉 じゃがいも ○油 ○さとう △ごま(いり) ○ごま油 ホットケーキミックス				
△鶏もも肉 ×ちくわ △豚もも肉 ○みそ	たら 口油揚げ ○みそ	△牛もも肉 ○塩昆布 木綿豆腐 ○かつわかめ(干) ○豆乳(調整豆乳)				
にんじん △ごぼう △しめじ △エリンギ だいこん ○ねぎ ×ケーキ	たまねぎ にんじん スイートコーン(粒・冷) かぼちゃ きゅうり はくさい ○ねぎ	にんじん グリンピース(冷) ×しょうが きゅうり ○ねぎ				

※献立名の下3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、下段が体の調子を整えるものです。
※離乳食に使用している食品の区分表示 無印・・・生後5～6カ月頃・○・・・生後7～8カ月頃・△生後9～11カ月頃・□・・・生後12～18カ月頃・×・・・使用しない
※仕入れの都合上、食材の変更がある場合があります。ご了承ください。
※は手作りおやつ、最終金曜日はおやつパンです。予定ですので変更になる場合もあります。