

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 3歳未満児

期 間： 令和8年09月01日(火) ～ 令和8年09月30日(水)



管理者	園 長	責任者

		間食 (午前)	昼食	間食 (午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子を よくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
1	火	牛乳 防災の日 	☆防災食 コーンコロッ ケ・子魚入りお 浸し・味噌汁 (麩・小松菜)・ バイン缶・ごは ん	牛乳・乾パン	普通牛乳／豚ひき肉 生／鶏卵 全卵 生／ しらす干し 微乾燥品 ／かつお 加工品 削 り節／いかなご 煮干 し	じゃがいも 塊茎 生 ／薄力粉 1等／パン 粉 乾燥／サラダ油 (揚げ用)／焼きふ 釜 焼きふ／水稲穀粒 精 白米 うるち米／乾パ ン	スイートコーン 缶詰 ホーロー ルスティック／たまねぎ り ん茎 生／キャベツ 結球葉 生／こまつな 葉 生／パイナップル 缶 詰	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ	467 16.8 17 1.3
2	水	牛乳	チキンカレー・ 福神漬け・大根 サラダ・ゆでた まご・梨・ごは ん	牛乳・カステラ	普通牛乳／若鶏肉 も も 皮つき 生／脱脂 粉乳／まぐろ 缶詰 油漬 フレク 刺身／鶏 卵 全卵 生	じゃがいも 塊茎 生 ／薄力粉 1等／サラ ダ油／水稲穀粒 精白 米 うるち米	たまねぎ りん茎 生 ／にんじん 根 皮つ き 生／だいこん 福 神漬／だいこん 根 皮つき 生／きゅうり 果実 生／日本なし 生	カレールー ／マヨネー ズ 全卵型	593 19.8 23.4 1.6
3	木	牛乳	豚肉しょうが焼 き・ひじきサラ ダ・みそ汁(わか め・長葱)・ぶど う・ごはん	牛乳・鮭わかめ おにぎり	普通牛乳／ぶた こ ま切れ／いかなご 煮 干し／鮭フレーク	調合油／車糖 三温糖 ／すりごま／水稲穀 粒 精白米 うるち米 ／水稲めし 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/ ほしひじき／にんじ ん 根 皮つき 生/ きゅうり 果実 生/ ごぼう 根 生／乾燥 わかめ 素干し 水戻 し／根深ねぎ 葉 軟 白 生／ぶどう 生	こいくち しょうゆ/ マヨネーズ 全卵型／米 みそ 淡色辛 みそ／精製 塩 家庭用	508 22.8 17.6 1.8
4	金	牛乳	酢豚・しゅうまい 1コ・春雨入 り中華スープ・ 梨・ごはん	牛乳・ごまめ・ クラッカー	普通牛乳／ぶた肉/ ロースハム／脱脂粉 乳／鶏卵 全卵 生/ かたくちいわし 煮干 し	じゃがいもでん粉/ サラダ油(揚げ用)/ じゃがいも 塊茎 生 ／車糖 上白糖／サラ ダ油／はるさめ 普通 はるさめ 乾／ごま油 ／水稲穀粒 精白米 うるち米	乾しいたけ 乾／にん じん 根 皮つき 生/ たまねぎ りん茎 生 ／さやえんどう 若ざ や 生／生しいたけ/ かぶ 葉 生／日本な し 生	こいくち しょうゆ/ 米酢／トマ トケチャッ プ／鶏がら だし／塩・ こしょう	541 26.3 18.1 2
7	月	牛乳	サバの味噌煮・ 春雨と野菜のソ テー・けんちん 汁・梨・ごはん	麦茶・ヨーグル ト	普通牛乳／ますのす け 焼き／若鶏肉 も も 皮つき 生／木綿 豆腐／ヨーグルト 脱 脂加糖	車糖 三温糖／はるさ め 普通はるさめ 乾 ／調合油／ごま油/ さといも 球茎 生/ 水稲穀粒 精白米 う るち米	たまねぎ りん茎 生 ／にんじん 根 皮つ き 生／乾しいたけ 乾／青ピーマン 果実 生／ごぼう 根 生/ だいこん 根 皮つき 生／ほうれんそう 葉 通年平均 生／日本な し 生	こいくち しょうゆ/ 米みそ 淡色 辛みそ／固 形ブイヨン ／だし汁/ 精製塩 家庭 用	436 19.6 13.6 1.4
8	火	牛乳	炒り豆腐・胡瓜 の即席漬け・ ウィンナー・ト マト・味噌汁(い んげん・わか め)・バイン缶・ ごはん	牛乳・バナナ・ ウエハース(鉄& Ca)	普通牛乳／豚ひき肉 生／木綿豆腐／鶏卵 全卵 生／ウィンナー ソーセージ／いかな ご 煮干し	車糖 上白糖／サラダ 油／水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生／さやえんどう 若 ざや 生／たまねぎ りん茎 生／きゅうり 果実 生／トマト 果 実 生／さやいんげん 若ざや 生／乾燥わか め 素干し 水戻し/ パイナップル 缶詰/ バナナ 生	こいくち しょうゆ/ 食塩／トマ トケチャッ プ／米みそ 淡色辛みそ	485 18.4 20 2.1
9	水	牛乳	豚肉のチーズ巻 きフライ・マカ ロニサラダ・ト マト・味噌汁(な めこ・葱)・ぶど う・ごはん	牛乳・フルーツ ゼリー	普通牛乳／大型豚肉 ロース 脂身つき 生/ プロセスチーズ／鶏卵 全卵 生／ロースハム ／いかなご 煮干し	薄力粉 1等／パン粉 乾燥／サラダ油(揚げ 用)／マカロニ／水稲 穀粒 精白米 うるち 米／車糖 上白糖	にんじん 根 皮つき 生／きゅうり 果実 生／たまねぎ りん茎 生／トマト 果実 生 ／根深ねぎ 葉 軟白 生／なめこ 生／ぶど う 生／てんぐさ 寒 天／温州みかん 缶詰 果肉／パイナップル 缶 詰	塩・こしょ う／中濃 ソース／マ ヨネーズ 全 卵型／米み そ 淡色辛み そ	524 20.1 22.9 1.6

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 3歳未満児

期 間： 令和8年09月01日(火) ～ 令和8年09月30日(水)



管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
10	木	牛乳	鶏つくね・酢の物・味噌汁(玉葱・しめじ)・みかん缶・ごはん	牛乳・ジャムサンド	普通牛乳/鶏ひき肉生/鶏卵 全卵 生/かに風味かまぼこ/いかなご 煮干し	車糖 上白糖/じゃがいもでん粉/水稲穀粒 精白米 うるち米/食パン	れんこん 根茎 生/にんじん 根 皮つき生/たまねぎ りん茎生/生しいたけ 生/ひじき ほしひじき/しょうが 根茎生/きゅうり 果実生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/ぶなしめじ 生/温州みかん缶詰 果肉/いちごジャム 低糖度	食塩/うすくちしょうゆ/米酢/こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	440 20.2 13.2 1.3
11	金	牛乳 	☆お月見会 鮭の和風ムニエル・お浸し(ほうれん草・キャベツ)・豚汁・梨・ごはん	牛乳・ポテトチップ	普通牛乳/ぎんざけ養殖 生/かつお 加工品 削り節/ぶた肉/木綿豆腐	薄力粉 1等/調合油/さといも 球茎 生/板こんにやく 精粉こんにやく/ごま油/水稲穀粒 精白米 うるち米	レモン 全果 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/キャベツ結球葉 生/あまのり焼きのり/ごぼう 根生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 根 皮つき 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/生しいたけ/日本なし 生	こいくちしょうゆ/だし汁/米みそ 淡色辛みそ	466 21.9 18.6 1.7
14	月	牛乳	コーンとえびのかき揚げ・キャベツの昆布和え・味噌汁(かぶ・油揚げ)・キウイフルーツ・ごはん	コーンフレーク	普通牛乳/むきえび(しばえび) /パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/油揚げ 生/いかなご 煮干し	薄力粉 1等/サラダ油(揚げ用)/水稲穀粒 精白米 うるち米/コーンフレーク	スイートコーン 缶詰 ホルカーネルスライス/にんじん 根 皮つき 生/たまねぎ りん茎 生/パセリ 葉 生/キャベツ 結球葉 生/塩昆布/かぶ 根 皮つき 生/キウイフルーツ 緑肉種 生	米みそ 淡色辛みそ	454 19 14.8 1.8
15	火	牛乳	焼肉・若布胡瓜コンのドレッシング 和え・味噌汁(ジャガイモ・玉ねぎ)・柿・ごはん	牛乳・ホットケーキ	普通牛乳/ぶた こま切れ/いかなご 煮干し/鶏卵 全卵 生	サラダ油/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米/プレミックス粉/ホットケーキ用/調合油	しょうが 根茎 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/きゅうり 果実 生/スイートコーン 缶詰 ホルカーネルスライス/たまねぎ りん茎 生/かき甘がき 生/ブルーベリー ジャム	こいくちしょうゆ/フレンチドレッシング/分離液状/米みそ 淡色辛みそ	556 22.8 18.6 1.7
16	水	牛乳	ささみフライ・ポテトサラダ・味噌汁(切干大根、油揚げ)・柿・ごはん	牛乳・スキムキナーン・せんべい	普通牛乳/若鶏肉 ささ身 生/鶏卵 全卵 生/ロースハム/油揚げ 生/いかなご 煮干し/脱脂粉乳/きな粉 全粒大豆 黄大豆	薄力粉 1等/パン粉/乾燥/サラダ油(揚げ用)/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米/水あめ	にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/たまねぎ りん茎 生/だいこん 切干し だいこん 乾/かき甘がき 生	中濃ソース/マヨネーズ 全卵型/米みそ 甘みそ	494 21.6 19.2 0.9
17	木	牛乳	なすミートスパゲティ・せん野菜の和風サラダ・コンソメスープ(もやし・小松菜) 梨・ごはん	麦茶・ヨーグルト	普通牛乳/豚ひき肉 生/乳肥牛肉 もも 脂身つき 生/パルメザンチーズ/えび 加工品 干しえび/ベーコン/ヨーグルト 脱脂加糖	マカロニ・スパゲッティ ゆで/サラダ油(揚げ用)/薄力粉 1等/調合油/車糖 上白糖/ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米	なす 果実 生/たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/にんにく りん茎 生/きゅうり 果実 生/だいこん 根 皮つき 生/あおのり 素干し/ブラックマッペもやし 生/こまつな 葉 生/日本なし 生	トマトケチャップ/トマトピューレー/ウスターソース/精製塩 家庭用/だし汁/こいくちしょうゆ/固形ブイヨン/こしょう 黒 粉	464 18.1 14.4 1.8

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 3歳未満児

期 間： 令和8年09月01日(火) ～ 令和8年09月30日(水)



管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
18	金	麦茶・せんべい 	☆郷土料理 ～千葉・館山～ さんが焼き（既製品可）・胡麻和え・トマト・すまし汁（はんぺん・ほうれん草）・柿・ごはん	牛乳・ごんじゅうおにぎり	まあじ 皮付 生/焼き竹輪/はんぺん/いかなご 煮干し/普通牛乳/かつお 加工品 かつお節/ぶたこま切れ/油揚げ 油抜き 生	ごま いり/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	しそ 葉 生/しょうが 根茎 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/にんじん 根 皮つき 生/キャベツ 結球葉 生/トマト 果実 生/かき 甘がき 生	米みそ 淡色 辛みそ/こいくちしょうゆ/食塩/うすくちしょうゆ	570 24.8 11.2 1.4
24	木	牛乳	カレー・福神漬け・ゆで野菜（もやしと青菜）・フルーツカクテル・ごはん	牛乳・カスタードプリン	普通牛乳/ぶたこま切れ/脱脂粉乳/鶏卵 全卵 生/鶏卵卵黄 生	じゃがいも 塊茎 生/薄力粉 1等/サラダ油/水稲穀粒 精白米 うるち米/車糖 上白糖	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 福神漬/ブラックマッペもやし 生/こまつな 葉 生/温州みかん 缶詰 果肉/りんごアップル 缶詰/キウイフルーツ 緑肉種 生	カレー粉/中濃ソース/食塩	514 17.2 16.1 0.7
25	金	牛乳 	麻婆ナス・トマトサラダ・レバーの胡麻和え・コーン卵スープ・梨・ごはん	牛乳・ふかしいも	普通牛乳/豚ひき肉 生/プロセスチーズ/鶏副生物 肝臓 生/鶏卵 全卵 生	サラダ油(揚げ用)/ごま油/車糖 上白糖/じゃがいもでん粉/ごま いり/水稲穀粒 精白米 うるち米/さつまいも 塊根 皮むき 生	なす 果実 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/しょうが 根茎 生/トマト 果実 生/きゅうり 果実 生/スイートコーン 缶詰 ホルカーネルスタイル/パセリ 葉 生/日本なし 生	こいくちしょうゆ/米みそ 淡色 辛みそ/オリーブオイル/アンチョビ/固形ブイヨン	546 20 22.5 1.6
28	月	牛乳	ハンバーグ照り焼きソース・お浸し(キャベツ・コーン)・かき玉汁・みかん缶・ごはん	牛乳・食べっこ動物ビスケット・ミニゼリー	普通牛乳/豚ひき肉 生/脱脂粉乳/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/かつお 加工品 削り節/いかなご 煮干し	パン粉 乾燥/サラダ油/加工糖 粉糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/キャベツ 結球葉 生/スイートコーン 缶詰 ホルカーネルスタイル/乾燥わかめ 煮干し 水戻し/温州みかん 缶詰 果肉	塩・こしょう/うすくちしょうゆ/こいくちしょうゆ/精製塩 家庭用	493 21.8 19.5 1.4
29	火	牛乳	煮込みうどん・納豆和え・ヨーグルト・梨・ごはん	オレンジジュース・ミルクくずもち	普通牛乳/若鶏肉 もも 皮つき 生/蒸しかまぼこ/いかなご 煮干し/糸引き納豆/しらす干し 微乾燥品/ヨーグルト 脱脂加糖/きな粉 全粒大豆 黄大豆	干しうどん ゆで/水稲穀粒 精白米 うるち米/じゃがいもでん粉/車糖 上白糖	ほうれんそう 葉 通年平均 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/にんじん 根 皮つき 生/日本なし 生/パレンシア ストレートジュース	こいくちしょうゆ/食塩/精製塩 家庭用	454 19.4 9.2 1.2
30	水	牛乳	鶏肉のマヨチーズ焼き・ブロッコリー・トマト・すまし汁（ほうれん草・花魁）・オレンジ・ごはん	牛乳・ゼリー	普通牛乳/若鶏肉 もも 皮つき 生/プロセスチーズ/いかなご 煮干し	焼きふ 釜焼きふ/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/パセリ 葉 生/にんじん 根 皮つき 生/ブロッコリー 花序 生/トマト 果実 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/乾いたけ 乾/ネーブル 砂じょう 生	マヨネーズ 全卵型/塩・こしょう/固形ブイヨン/こいくちしょうゆ/精製塩 家庭用	483 21.3 20.1 1.3

	各食品 摂取量の g	（平均 純使用量） g	エネルギー kcal	たんばく質 g	脂質 g	炭水化物 g	ナトリウム mg	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビ タ ミ ン				食物繊維 g	食塩相当量 g
											A	B1	B2	C		
											μg	mg	mg	mg		
合 計			490	20.4	17.2	68.1	604	805	313	1.6	282	0.31	0.45	29	3.4	1.5
栄養素別摂取目標			550	24.0	16.0	70.0	0	460	250	2.0	200	0.21	0.31	18	1.1	1.4
充足率			89.1	85.0	107.5	97.3	0.0	175.0	125.2	80.0	141.0	147.6	145.2	161.1	309.1	107.1

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
食種名： 3歳未満児
期 間： 令和8年09月01日(火) ～ 令和8年09月30日(水)



管理者	園 長	責任者

	間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)



☆今月の特色

・9月1日 防災給食



毎年9/1は「防災の日」に制定されています。防災への備えや意識を高めることを目的としています。近年多発している地震や豪雨、それに伴い発生する火災や土砂災害など、いざ災害がおきてしまった時の為に準備してある災害食。準備していても食べ方がわからなかったり、いつもとは違い食べれない等を防ぐ為にも試食することも大切です。園でも防災食としてα米を提供します。ご家庭でも防災食の期限をチェックし、入れ替えの際には試食してみましょう！



・9月11日 お月見会

給食 ・ 鮭のムニエル・お浸し(ほうれん草・キャベツ)・豚汁・ぶどう・ごはん・お団子

2026年中秋の名月は9月25日です。ですが、満月は2日ずれます。理由としては、中秋の名月は「歴」で満月は「天文現象」だからです。中秋の名月は旧暦8/15の夜のこと。2026年はそれが新暦の9/25にあたります。国立天文台の発表によると、東京での月の出は17:35頃。夕方、東の空から昇る大きな月を帰り道にちょうど眺められる時間帯です。金曜日という事、9/25の月はほぼ満月で名月の日もその週末の満月も3夜連続でお月見が出来る事も嬉しいポイントです。ベランダや縁側でご飯を食べながら時間を過ごし、お月見を楽しむのも良いですね。



☆お月見のお供え

- ・月見団子 …十五夜にちなんだ15個。または地域によっては12個を供える事もあります。
- ・秋の収穫物 …里芋、栗、さつまいも、果物など。
- ・秋の七草 …ススキは魔除けの意味もあり軒先に飾ることもあります。

※お供えした後は家族で食べ物をいただき、収穫や自然への感謝の気持ちを分かち合います。



・9月18日 郷土料理 ～千葉・館山～

給食 ・ サンガ焼き・胡麻和え・トマト・すまし汁(はんぺん・ほうれん草)・柿・ごはん
おやつ ・ ごんじゅうおにぎり



今年も9月は「やわたんまち」にちなんだ千葉県・館山の郷土料理です。おやつでは「ごんじゅうおにぎり」。豚バラ肉と油揚げを甘辛く煮てご飯に混ぜた物で館山地域で古くから食べられてきた郷土料理です。奥深い伝統がありますが、現在では秋祭りである「やわたんまち」のお神輿の担ぎ手に振舞う習慣となっています。その為、おもてなし料理の1つとして食べるようになり、それぞれの家庭の味が受け継がれています。そんな歴史ある料理を子ども達にも味わってほしいです。



※食材発注や園の行事により献立を変更する場合があります。

