

令和8年

9月分

3歳未満児献立表

福岡キャナル保育園 1ページ

日 曜	献立名	材 料 名			お や つ	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		午後 午前	
1 火	ケチャップライス 鮭のマヨネーズ焼き コールスローサラダ 中華スープ ぶどうゼリー	精白米／サラダ油／マヨドレ／ゼリー(オレンジ)／プリン／ウエハース／ケチャップ	ウィンナー／鮭／ホイップクリーム	パイナップル(缶)／玉ねぎ／にんじん／コーン／キャベツ／乾しいたけ／小ねぎ／りんごジュース／バナナ	リンゴジュース プリンアラモード パイナップル(缶)	エネルギー たんぱく質	526 kcal 21.7 g
2 水	ご飯 納豆和え 鶏肉の梅焼き 人参とじゃこのサラダ 味噌汁(豆腐・しめじ)	精白米／ごま／ごま油／しらたき／薄力粉／三温糖／サラダ油	納豆／しらす／かつお節／鶏肉／木綿豆腐／カットわかめ／合わせ味噌／にぼし／普通牛乳／鶏卵／普通牛乳	白桃(缶)／小ねぎ／にんじん／しめじ	牛乳 マフィン 白桃(缶)	エネルギー たんぱく質	495 kcal 22.9 g
3 木	焼き鳥丼 春雨のレモン和え わかめスープ	クラッカー／精白米／サラダ油／三温糖／春雨／パイ	鶏肉／カットわかめ／バナナアイス	玉ねぎ／にんじん／深ねぎ／きゅうり／コーン／レモン汁／乾しいたけ／小ねぎ	アイスクリーム パイ クラッカー	エネルギー たんぱく質	514 kcal 14.0 g
4 金	カレーうどん マカロニサラダ 冬瓜スープ ヨーグルト	マンナビスケット／干しうどん／サラダ油／マカロニ／マヨドレ／カレールウ	キャンディチーズ／豚肉／油揚げ／かつお節／ヨーグルト／普通牛乳	にんじん／しめじ／玉ねぎ／きゅうり／コーン／冬瓜／バナナ	牛乳 バナナ チーズ マンナビスケット	エネルギー たんぱく質	491 kcal 18.7 g
5 土	冷やしそうめん トマトときゅうりのサラダ オレンジゼリー	ボーロ(小粒)／干しそうめん／天ぷら粉／ごま油／ゼリー(オレンジ)／食パン／三温糖／無塩バター	かつお節／ちくわ／あおのり／塩昆布／普通牛乳／ピザ用チーズ／豚ロースハム／鶏卵	にんじん／オクラ／ヤングコーン／きゅうり／トマト	牛乳 クロックムッシュ 栄養ボーロ	エネルギー たんぱく質	512 kcal 20.8 g
7 月	ご飯 鮭じゃが ほうれん草のごま和え わかめスープ	精白米／じゃが芋／しらたき／サラダ油／ごま／三温糖／ホットドック／マヨドレ	鮭／かつお節／カットわかめ／普通牛乳／ツナ	みかん(缶)／玉ねぎ／にんじん／グリーンピース／ほうれん草／乾しいたけ／小ねぎ／もやし	牛乳 ツナサンド みかん(缶)	エネルギー たんぱく質	484 kcal 20.4 g
8 火	キャロットパン 南瓜シチュー オクラの梅おかか和え バナナ	パイ／キャロットパン／じゃが芋／無塩バター／精白米／三温糖	鶏肉／普通牛乳／かつお節／鶏ミンチ	南瓜／玉ねぎ／にんじん／しめじ／グリーンピース／オクラ／バナナ／しょうが	牛乳 鶏そぼろおにぎり パイ	エネルギー たんぱく質	541 kcal 18.7 g
9 水	三色丼 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(豆腐・小ねぎ)	クラッカー／精白米／サラダ油／三温糖／ごま／酢	鶏ミンチ／鶏卵／カットわかめ／木綿豆腐／合わせ味噌／にぼし／飲むヨーグルト／キャンディチーズ	しょうが／ほうれん草／きゅうり／にんじん／小ねぎ／梨	飲むヨーグルト 梨 チーズ クラッカー	エネルギー たんぱく質	481 kcal 20.4 g
10 木	ご飯 ハンバーグ もやしのナムル 春雨スープ	精白米／パン粉／ごま／ごま油／春雨／薄力粉／三温糖／無塩バター／ケチャップ	キャンディチーズ／豚ひき肉／牛ひき肉／普通牛乳／鶏卵／普通牛乳	玉ねぎ／チンゲンサイ／にんじん／もやし／乾しいたけ／小ねぎ	牛乳 人参マフィン チーズ	エネルギー たんぱく質	511 kcal 19.2 g
11 金	ご飯 鶏肉の照焼き キャベツのごまだれサラダ 清汁(じゃが芋・かまぼこ)	パイ／精白米／マヨドレ／ごま／じゃが芋／きょうざの皮／サラダ油	鶏肉／かつお節／かまぼこ／普通牛乳／豚ひき肉	しょうが／キャベツ／にんじん／えのきたけ／乾しいたけ／小ねぎ／玉ねぎ	牛乳 サモサ パイ	エネルギー たんぱく質	514 kcal 20.9 g
12 土	鶏肉と小松菜のスパゲティ コンソメスープ リンゴゼリー	ウエハース／スパゲティ／無塩バター／ゼリー(リンゴ)／白玉粉／ブレイク粉(ホットケーキ用)／三温糖／サラダ油／粉糖	鶏肉／普通牛乳／絹ごし豆腐	玉ねぎ／にんじん／小松菜／しめじ／にんにく／キャベツ／コーン	牛乳 ボンディング風 ウエハース	エネルギー たんぱく質	515 kcal 19.1 g
14 月	ご飯 いりこの佃煮 白身魚の生姜焼き コールスローサラダ たまごスープ	精白米／三温糖／ごま／サラダ油／マヨドレ／片栗粉／じゃが芋／コンソメ	かえりちりめん／からすがれい／鶏卵／普通牛乳／あおのり	パイナップル(缶)／しょうが／キャベツ／にんじん／コーン／玉ねぎ／乾しいたけ／小ねぎ	牛乳 たこ焼き風ポテト パイナップル(缶)	エネルギー たんぱく質	488 kcal 21.4 g
15 火	ご飯 豚肉と冬瓜の甘辛炒め 里芋とひじきのサラダ 清汁(人参・えのき)	精白米／ごま油／里芋／マヨドレ／ブレイク粉(ホットケーキ用)	豚肉／干ひじき／かつお節／普通牛乳／調製豆乳／粒あん	白桃(缶)／冬瓜／にんじん／しょうが／えのきたけ／乾しいたけ／小ねぎ	牛乳 小豆蒸しパン 白桃(缶)	エネルギー たんぱく質	488 kcal 17.5 g
16 水	ご飯 肉野菜炒め さつま芋サラダ 味噌汁(しめじ・玉ねぎ)	精白米／サラダ油／さつまいも／マヨドレ／食パン／グラニュー糖	豚肉／カットわかめ／合わせ味噌／にぼし／普通牛乳／普通牛乳／鶏卵	バナナ／キャベツ／もやし／にんじん／きゅうり／コーン／しめじ／玉ねぎ／小ねぎ	牛乳 フレンチトースト バナナ	エネルギー たんぱく質	519 kcal 19.7 g
17 木	チンジャオロース丼 厚揚げのみそ炒め 清汁(人参・かまぼこ)	精白米／ごま油／三温糖	牛肉／厚揚げ豆腐／合わせ味噌／かまぼこ／かつお節／飲むヨーグルト／寒天	みかん(缶)／ピーマン／たけのこ／赤パプリカ／しょうが／にんにく／玉ねぎ／にんじん／えのきたけ／乾しいたけ／小ねぎ／ぶどうジュース	飲むヨーグルト ぶどうゼリー みかん(缶)	エネルギー たんぱく質	494 kcal 18.8 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 脂 質	507 kcal 16.7 g	タンパク質 食塩相当量	19.9 g 1.8 g

令和8年

9月分

3歳未満児献立表

福岡キャナル保育園 2ページ

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	きのこカレー きゅうりの塩昆布和え 春雨スープ	ウエハース／精白米／ さつまいも／サラダ油 ／ごま油／春雨／カ レールウ	豚肉／塩昆布／普通牛 乳／キャンディチーズ	玉ねぎ／にんじん／し めじ／えのきたけ／エ リンギ／にんにく／ しょうが／きゅうり／ 乾しいたけ／小ねぎ／ オレンジ	牛乳 オレンジ チーズ(カット) ウエハース	1食分 492 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.2 g
19 土	かやくうどん ツナサラダ ヨーグルト	マンナビスケット／干 しうどん／三温糖／マ ヨドレ／パイシート	鶏肉／カットわかめ／ かつお節／ツナ／ヨー グルト／普通牛乳／ウ インナー	にんじん／玉ねぎ／乾 しいたけ／キャベツ／ きゅうり／コーン	牛乳 ウインナーパイ マンナビスケット	1食分 506 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 2.6 g
24 木	ご飯 鯉のちゃんちゃん焼き 青梗菜の中華サラダ 清汁(えのき・にら)	パイ／精白米／三温糖 ／ごま油／薄力粉／サ ラダ油	鯉／合わせ味噌／かつ お節／飲むヨーグルト ／鶏卵／普通牛乳	キャベツ／にんじん／ しめじ／チンゲンサイ ／コーン／えのきたけ ／乾しいたけ／にら／ パナナ	飲むヨーグルト パナナケーキ パイ	1食分 528 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 12.3 g 食塩相当量 1.6 g
25 金	ご飯 カレー唐揚げ フレンチサラダ 味噌汁(小松菜・厚揚げ)	ビスケット／精白米／ 片栗粉／サラダ油／三 温糖／パイシート／カ レー粉	鶏肉／ツナ／厚揚げ豆 腐／カットわかめ／合 わせ味噌／にぼし／普 通牛乳／粒あん	にんにく／しょうが／ ブロッコリー／南瓜／ コーン／小松菜	牛乳 あんねじりパイ ビスケット	1食分 513 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 20.4 g 食塩相当量 1.5 g
26 土	ちゃんぽん 南瓜サラダ パナナ	干し中華めん／ごま油 ／マヨドレ／薄力粉	キャンディチーズ／豚 肉／かまぼこ／普通牛 乳／鶏卵／加糖ヨーグ ルト	キャベツ／もやし／に んじん／しょうが／南 瓜／きゅうり／コーン ／パナナ	牛乳 クレープ チーズ(カット)	1食分 516 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 17.7 g 食塩相当量 3.3 g
28 月	ご飯 鯖のみそ煮 人参しりしり 味噌汁(南瓜・しめじ)	パイ／精白米／三温糖 ／薄力粉／サラダ油／ 粉糖	鯖／ツナ／かつお節／ カットわかめ／合わせ 味噌／にぼし／普通牛 乳／絹ごし豆腐	しょうが／にんじん／ ピーマン／南瓜／しめ じ／小ねぎ	牛乳 豆腐ドーナツ パイ	1食分 534 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 19.8 g 食塩相当量 1.7 g
29 火	納豆チャーハン ミートローフ コーンサラダ 中華スープ	精白米／ごま油／パン 粉／三温糖／片栗粉／ マヨドレ／食パン／黒 砂糖／無塩バター／ケ チャップ	挽きわり納豆／豚ひき 肉／鶏卵／普通牛乳／ きな粉	パナナ／小ねぎ／にん じん／玉ねぎ／コーン ／乾しいたけ	牛乳 きなこクリームトースト パナナ	1食分 501 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 1.3 g
30 水	和風スパゲティ フライドポテト コンソメスープ	マンナビスケット／ス パゲティ／無塩バター ／じゃが芋／サラダ油 ／精白米／片栗粉／コ ンソメ	豚肉／ツナ／刻みのり	玉ねぎ／にんじん／し めじ／にんにく／キャ ベツ／コーン／カルピ ス	カルピス お米せんべい マンナビスケット	1食分 491 kcal たんぱく質 15.9 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 1.0 g
		月平均栄養価		エネルギー 507 kcal 脂 質 16.7 g	たんぱく質 19.9 g 食塩相当量 1.8 g	



♡1日(火)は、お誕生日メニューです

♡マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風調味料です

♡食材の仕入れにより、内容が変更になる場合があります

