



令和 08 年 9 月 予定献立表



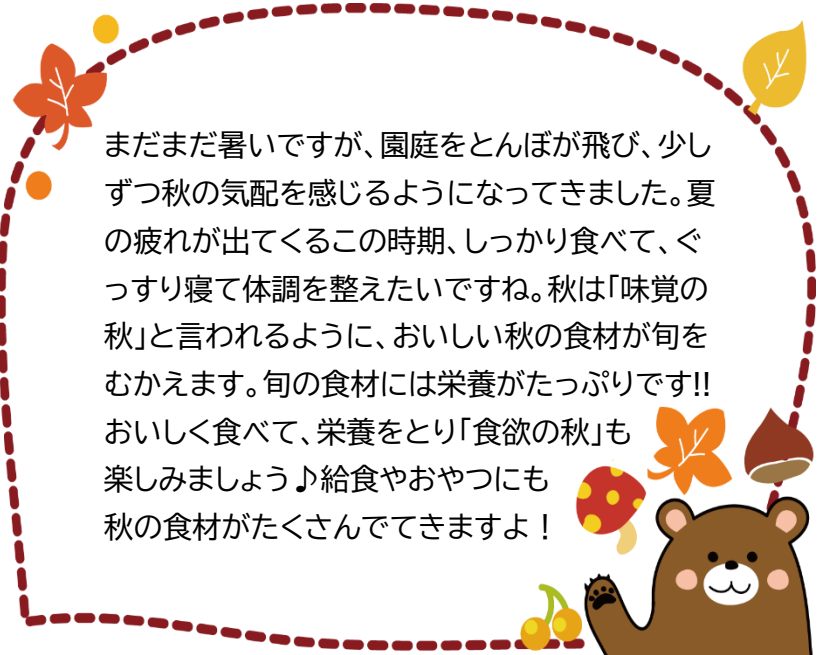
五所川原こども園

日	曜	副食（未 満 児 11:15 / 以 上 児 11:30 ）	午 後 の お や つ	エネルギー （以上児）	備 考	離 乳 食（0 歳児）
1	(火)	焼き魚（ほっけ） ポテトサラダ ぶどうゼリー みど汁（ほうれん草・もやし・きざみこうや）	丸パン 牛乳	597		おかゆ しらすとじゃがいもの煮込み ヨーグルト ほうれん草のみど汁
2	(水)	スパゲッティナポリタン フロッコリーとチーズのサラダ 豆乳フリン コンソメスープ（もやし・コーン） ふりかけ	ふかし芋 牛乳	606		おかゆ ぶた肉とフロッコリーの煮物 ヨーグルト 玉ねぎスープ
3	(木)	サバ味噌味噌豆腐 もやしのナムル ヨーグルト わかめスープ	コーンフレーク 牛乳	594		おかゆ とり肉と人参の煮物 ヨーグルト もやしスープ
4	(金)	フルコギ風炒め コーンサラダ フルーチェ みど汁（あおさ・ねぎ・油あげ）	メーフルパンケーキ 牛乳	599		おかゆ ぶた肉と人参の煮物 ヨーグルト やさいのみど汁
5	(土)	鶏肉の照り焼き キャベツのなめたけ和え フルーツゼリー みど汁（オクラ・あつあげ）	せんべい やさいジュース	592		おかゆ とり肉とキャベツの煮物 ヨーグルト もやしのみど汁
7	(月)	バーベキューチキン 人参しりしり フルーツゼリー みど汁（きゃべつ・玉ねぎ・きざみこうや）	ココア蒸しパン 牛乳	605	※	おかゆ とり肉と人参の煮物 ヨーグルト きゃべつのみど汁
8	(火)	五目焼きそば たこ焼き フライドポテト チョレギサラダ ミニアメリカンドック 麦茶	金魚すくいゼリー	605	※おまつり ランチ	おかゆ やさいうどん ヨーグルト
9	(水)	肉じゃが めかぶ納豆 ヨーグルト みど汁（まいたけ・もやし・とうふ）	せんべい 牛乳	599		おかゆ 納豆 肉じゃが風 ヨーグルト とうふのみど汁
10	(木)	さけのメイプル焼き 切干大根 パナナ みど汁（玉ねぎ・えのき・まめふ）	キャロットロール ジョア	596		おかゆ さけと切干大根の煮物 パナナ 玉ねぎのみど汁
11	(金)	煮込み風ハンバーグ チョップドサラダ お楽しみデザート みど汁（なす・油あげ）	ポテトチップス 牛乳	603	※	おかゆ ひき肉とトマトの煮込み ヨーグルト なすのみど汁
12	(土)	豚バラ大根 マカロニサラダ フルーツゼリー さつま汁	せんべい やさいジュース	607		おかゆ 豚バラ大根風 ヨーグルト さつま汁風
14	(月)	鶏肉のトマト煮 コールスローサラダ マスカットゼリー みど汁（もやし・しめじ・きざみこうや）	たいやき 牛乳	599		おかゆ とり肉とキャベツの煮物 ヨーグルト もやしのみど汁
15	(火)	かれいの竜田揚げ わかめの酢の物 梨 みど汁（玉ねぎ・人参・油あげ）	ミートサンド 牛乳	607	※	おかゆ かれいと人参の煮物 梨 玉ねぎのみど汁
16	(水)	冷やしとうもろこし 肉シュウマイ ヨーグルト ふりかけ	あずきロール 牛乳	602		おかゆ やさいうどん ヨーグルト
17	(木)	ポークカレー 福神漬け 水菜とじゃこのサラダ 麦茶 ★ラ・フランスゼリー★	せんべい 牛乳	603	お誕生会	おかゆ ぶた肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト 麦茶
18	(金)	チーズ納豆 チキンナゲット いちご豆乳フリン もずくスープ	野菜千切り 牛乳	600		おかゆ ほうれん草納豆 ヨーグルト やさいスープ
19	(土)	つくね焼き 小松菜のごま和え フルーツゼリー みど汁（わかめ・ねぎ・きざみこうや）	せんべい やさいジュース	593		おかゆ しらすとこまつなの煮物 ヨーグルト やさいのみど汁
24	(木)	豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ ヨーグルト みど汁（豆腐・わかめ・油あげ）	ビスケット 牛乳	599		おかゆ ぶた肉と玉ねぎの煮物 ヨーグルト とうふのみど汁
25	(金)	お月見うどん ミニ野菜かき揚げ お月見ゼリー ふりかけ	栗ごはんおむすび 麦茶	603	※お月見 ランチ	おかゆ やさいうどん ヨーグルト
26	(土)	ウインナーカレー 福神漬け チキンナゲット フルーツゼリー 麦茶	せんべい やさいジュース	605	あきまつり	おかゆ ぶた肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト 麦茶
28	(月)	クリームシチュー コロコロきゅうり漬け フルーツゼリー 麦茶	レーズンケーキ 牛乳	604	※	おかゆ とり肉と人参の煮物 ヨーグルト 麦茶
29	(火)	赤魚の煮付け ひじきのサラダ ヨーグルト せんべい汁	スイートポテト 牛乳	607		おかゆ しらすとひじきの煮物 ヨーグルト とり汁
30	(水)	野菜しょうゆラーメン だいごんの酢づけ お楽しみデザート ふりかけ	せんべい ジョア	602		おかゆ やさいうどん ヨーグルト

※0歳児については、月齢に応じた離乳食を作ります。未満児は完全給食（ごはん、デザートを含む）です。 ※は、手づくりおやつの日です。

※エネルギー（以上児）はごはん 110g で計算しています。

※骨なしの魚を使用していますが、まれに骨が残っていることがあります。気をつけて食べてください。



まだまだ暑いですが、園庭をとんぼが飛び、少し
ずつ秋の気配を感じるようになってきました。夏
の疲れが出てくるこの時期、しっかり食べて、ぐ
っすり寝て体調を整えたいですね。秋は「味覚の
秋」と言われるように、おいしい秋の食材が旬を
むかえます。旬の食材には栄養がたっぷりです!!
おいしく食べて、栄養をとり「食欲の秋」も
楽しみましょう♪給食やおやつにも
秋の食材がたくさんでできますよ！

9 月になり、津軽の夏は終わりを迎えていますが、こども園では
9/8 に「おまつりランチ」をバイキング形式で提供します！

なんと焼きそばは園長先生がお外の鉄板で焼いてくれますよ ✨

好きなものをたくさん食べて元気に秋をすごしましょう！
おやつのできもの金魚すくいゼリーもお楽しみに♪



2026 年は 9 月 27 日が十五夜です。
27 日はさつまいものてんぷらを満月に
見立てたお月見うどんが登場します。
おやつは栗ごはんおむすびで秋の味覚たっぷりです♪

