

山手幼稚園 2026年

9月 給食便り



9月は暦の上では秋ですが、
まだまだ夏のような暑さが残ります。

1日の寒暖差により体調を崩しやすくなるため注意が必要です。
元気の秘訣は手洗いうがい、早寝早起き、そしてしっかりご飯を食べることです！
お給食を通じて、丈夫なからだづくりをお手伝いできればと思います♪



<献立表>



	月	火 1	水 2	木 3	金 4
屋 食		■(預かり保育) ■ごはん 米 ■チャップチェ ぶたにく はるさめ たまねぎ にんじん ピーマン だいず華粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■たまごの和え物 たまご ★ちくわ 赤ハブリカ さとう 濃口しょうゆ ■ぶどうゼリー かびの素(ぶどう) ■かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ もやし ★さつまあげ 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■とうふハンバーグ ★とうふハンバーグ ■ソース ケチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー ツナ にんじん さとう 濃口しょうゆ ■フルーツ(オレンジ) オレンジ ■はくさいのみそ汁 はくさい あぶらあげ みずな 混合割りぶし みそ	■*おたんじょう会(8月)* ■ケチャップライス 米 ミックスベジタブル 皮なしウィンナー にんにく だいず華粒状 マーガリン しお 濃口しょうゆ ★フイヨン ケチャップ ■フライドポテト クリンカットポテト しお ハセリ缶 キャノーラ油 ■鶏えし ブロッコリー 濃口しょうゆ さとう ■ピーチゼリー かびの素(ピーチ) ■コンソメスープ きゃべつ にんじん さやいんげん ★フイヨン さとう 濃口しょうゆ うード	■ごはん 米 ■とり肉のからあげ とり肉 しお こしょう さとう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ しょうが にんにく かたくり粉 大豆白絞油 ■おくらのごま和え おくら 赤ハブリカ 白ごま ごま油 さとう 濃口しょうゆ ■いちごゼリー かびの素(いちご) ■たまごのみそ汁 たまご あつあげ カットわかめ 混合割りぶし みそ
ア レ ル ギ ー 対 応		アレルギー対応はありません。	柑橘類)ミニゼリーに変更	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
3 時		■やきおにぎり 米 濃口しょうゆ みりん風 ■おひき揚げ おかつ揚げ おかつ揚げ	■シュガーポテト さつま芋 マーガリン さとう みりん風 しお	■米粉のブルーベリーケーキ ブルーベリージャム こめ粉 コンスターチ どうしゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	■じゃがいものハムおやき じゃがいも ★ハム ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★フイヨン ハセリ缶
ア レ ル ギ ー 対 応		アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
		171kcal 541kcal 蛋白質 19.6g 脂肪 10.1g 鉄 2.7mg 加糖 15.3mg 食塩 1.8g	171kcal 469kcal 蛋白質 16.4g 脂肪 15.2g 鉄 2.8mg 加糖 10.0mg 食塩 1.7g	171kcal 464kcal 蛋白質 13.6g 脂肪 8.7g 鉄 1.7mg 加糖 9.5mg 食塩 1.6g	171kcal 458kcal 蛋白質 16.2g 脂肪 15.3g 鉄 1.7mg 加糖 8.0mg 食塩 1.2g

献立のマークについて

★：アレルギー対応の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレーウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハンバーグ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・皮なしウィンナー …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚肉ソーセージ …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ハム …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・フイヨン …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます

☆：たまご・乳を使用していません。

・豚しゅうまい …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー

アレルギー対応表示食品

たまご、乳、小麦、甲殻類(ちりめんを含む)
バナナ、柑橘類(皮つきのみ)
魚類(サバ・サケ・ホキ・ブリ)





	月 7	火 8	水 9	木 10	金 11
昼食	■ハヤシライス 米 ぶたにく たまねぎ にんじん だいず華粒状 ★中濃ソース ケチャップ さとう みりん風 キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルフ ★フイヨン ■大豆のサラダ だいず水煮 えだまめ きゃべつ コーン ★ハム ★卵不使用マヨネーズ さとう 濃口しょうゆ ■パイン煮 ミニパイン かんてん さとう ｶﾌﾞﾓﾚｰの素(ｸｰﾙ)	■ごはん 米 ■とり肉のごま焼き ぶたにく しょうが にんじん さとう 濃口しょうゆ りょうり酒 白ごま キャノーラ油 ■茹でたまご じゃがいも しお あおさ ■ほうろん草のツナ和え ほうろん草 にんじん ツナ さとう 濃口しょうゆ ■はるさめスープ はるさめ ★ちくわ しめじ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ ごま油	■ごはん 米 ■肉の塩ダレ炒め ぶたにく きゃべつ たまねぎ にんじん にら りょうり酒 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう にんじん しょうが こしょう しお キャノーラ油 ■ブロッコリーのこぶ和え ブロッコリー 黄パプリカ 塩こんぶ さとう 濃口しょうゆ ■オレンヂゼリー ｶﾌﾞﾓﾚｰの素(ﾎﾙﾂ) ■焼きとうふのみそ汁 焼とうふ ★さつまあげ えのき みずな 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■白身魚のあんかけ 白身魚 りょうり酒 ■きのこあんかけ えのき しめじ にんじん 濃口しょうゆ さとう だしバック かたくり粉 ■さつまいもの甘煮 さつまいも さとう マーガリン ■きゅうりとわかめの和え物 きゅうり コーン カットわかめ 白ごま さとう 濃口しょうゆ ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ あぶらあげ 豆腐 混合割りぶし みそ	■ミートスパゲティ スパゲティ 合いき肉 だいず水煮 たまねぎ トマト缶 ケチャップ だいず華粒状 ウスターソース さとう ★フイヨン キャノーラ油 ■きゃべつのサラダ きゃべつ えだまめ 赤パプリカ さとう レモン果汁 濃口しょうゆ キャノーラ油 ■青りんごゼリー ｶﾌﾞﾓﾚｰの素(青りんご) ■コンソメスープ じゃがいも にんじん さやいんげん ★フイヨン さとう 濃口しょうゆ ラード
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	魚類)とりに肉に変更	小麦) ライスパスタに変更
	■あんまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とうにゅう キャノーラ油 こしあん	■スイートポテト さつまいも さとう とうにゅう マーガリン マーマレード	■米粉のバナナケーキ バナナ こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	■和風ビーフン ビーフン ツナ缶 たまねぎ にんじん ピーマン かつおぶし キャノーラ油 こしょう ★和風だし顆粒 濃口しょうゆ	■きなきごぼりパン 木綿豆腐 かたくり粉 しらたま粉 さとう キャノーラ油 きな粉
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	柑橘類) マーマレードは入れない	バナナ) バナナ入れない	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	1人分 - 551kcal 蛋白質 17.9g 脂質 18.2g 加糖 100mg 鉄 2mg 食塩 1.6g	1人分 - 432kcal 蛋白質 15.3g 脂質 10.8g 加糖 74mg 鉄 1.6mg 食塩 1.2g	1人分 - 427kcal 蛋白質 15.8g 脂質 9.1g 加糖 112mg 鉄 1.7mg 食塩 1.3g	1人分 - 403kcal 蛋白質 18.2g 脂質 8g 加糖 83mg 鉄 1.7mg 食塩 1.3g	1人分 - 419kcal 蛋白質 16.4g 脂質 12.6g 加糖 92mg 鉄 2.5mg 食塩 2g

	14	15	16	17	18
昼食	■ごはん 米 ■肉の塩ダレ炒め ぶたにく しょうが にんじん たまねぎ にんじん あぶらあげ えだまめ キャノーラ油 鶏がらスープ しょうが りょうり酒 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 ■茹でたまご じゃがいも たまねぎ ★ハム マーガリン ★フイヨン しお こしょう パセリ缶 ■いんげんの和え物 さやいんげん エリンギ にんじん さとう 濃口しょうゆ ■あつあげのみそ汁 あつあげ えのき 豆腐 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■とり肉の焼きタタキ ぶたにく りょうり酒 しお こしょう さとう 濃口しょうゆ しょうが にんじん かたくり粉 キャノーラ油 ■ジャーマンポテト じゃがいも たまねぎ ★ハム マーガリン ★フイヨン しお こしょう パセリ缶 ■いんげんの和え物 さやいんげん エリンギ にんじん さとう 濃口しょうゆ ■あつあげのみそ汁 あつあげ えのき 豆腐 混合割りぶし みそ	■ビビンバ 米 ■トッピング 豚ひき肉 もやし たまねぎ にんじん ピーマン だいず華粒状 キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 みりん風 鶏がらスープ さとう しょうが にんじん ごま油 白ごま ■切干だいごんの中華和え 切干だいごん ほうれん草 コーン 濃口しょうゆ 穀物酢 さとう 鶏がらスープ ごま油 ■マスカットゼリー ｶﾌﾞﾓﾚｰの素(マスカット) ■生肉とさくさいのスープ はくさい ぎゅうにく にら 鶏がらスープ 濃口しょうゆ ごま油	■ごはん 米 ■ぶりのてりやき ぶり りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 キャノーラ油 ■大豆とひじきの煮物 だいず水煮 ひじき にんじん えだまめ だしバック さとう 濃口しょうゆ ■マカロニサラダ ｶｰﾙﾏｶﾛﾆｰ アスパラガス にんじん マーガリン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★フイヨン ■かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ たまねぎ あぶらあげ 混合割りぶし みそ	■*お月見メニュー* ■チキンカツカレー 米 ターメリック じゃがいも たまねぎ にんじん だいず華粒状 キャノーラ油 ★フイヨン ★丸粉 アリカレール ■トビツツ) うさぎにんじん にんじん さとう ★フイヨン ■トッピング) チキンカツ とりにく しお こしょう さとう 濃口しょうゆ ごむぎ粉 パン粉 キャノーラ油 ■ブロッコリーのさっぱりサラダ ブロッコリー コーン 赤パプリカ 濃口しょうゆ レモン果汁 さとう ■2種のキラキラゼリー ｶﾌﾞﾓﾚｰの素(ﾎﾙﾂ) ｶﾌﾞﾓﾚｰの素(ﾋｰﾅ)
	小麦) ビーフンに変更	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	魚類)とりに肉に変更 小麦) ライスパスタに変更	小麦) 片栗粉・大豆フレークに変更
	■大豆の甘辛あげ だいず水煮 かたくり粉 濃口しょうゆ みりん風 さとう キャノーラ油 あおさ	■わめめおにぎり 米 わかめご飯の素 ■ウインナー 皮なしウィンナー	■焼きポテト(コンソメ) クリンクルカットポテト ★フイヨン パセリ缶	■豆乳プリン(きなこ) とうにゅう さとう アガー きな粉 さとう	■米粉のにんじんケーキ にんじん こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	1人分 - 479kcal 蛋白質 19.3g 脂質 14.2g 加糖 106mg 鉄 2.1mg 食塩 1.6g	1人分 - 539kcal 蛋白質 20.3g 脂質 13.7g 加糖 88mg 鉄 2.3mg 食塩 1.6g	1人分 - 366kcal 蛋白質 13.3g 脂質 10.6g 加糖 93mg 鉄 1.8mg 食塩 0.9g	1人分 - 474kcal 蛋白質 22.2g 脂質 17.5g 加糖 114mg 鉄 2.8mg 食塩 1.1g	1人分 - 562kcal 蛋白質 16.8g 脂質 15.2g 加糖 94mg 鉄 2.1mg 食塩 1.7g





	月 21	火 22	水 23	木 24	金 25
朝食	■*敬老の日* 	■*国民の休日*	■*秋分の日*	■*おたんじょう会(9月)* ■*ケチャップライス* 米 ミックスベジタブル 皮なしウィンナー にんにく だいず華粒状 マーガリン しお 淡口しょうゆ ★フイヨン ケチャップ ■*フライドポテト* クリンクカットポテト しお バセリ缶 キャノーラ油 ■*煮え* ブロッコリー 淡口しょうゆ さとう ■*ピーチゼリー* かわでりの素(ピーチ) ■*コンソメスープ* たまねぎ にんにく さやいんげん ★フイヨン さとう 淡口しょうゆ ラード 	■やきそば 中華めん ぶたにく きゅうり たまねぎ にんにく ピーマン キャノーラ油 おこのみソース ★中濃ソース ■*じゃがいもと牛ミンチのソテー* じゃがいも エリンギ えだまめ 牛ひき肉 ★フイヨン しお こしょう キャノーラ油 ■*きゅうりとちやしの和え物* きゅうり もやし 赤パプリカ さとう 淡口しょうゆ ■*あつあけのみそ汁* あつあけ しめじ 豆腐 混合削りぶし みそ
アレルギー対応				アレルギー対応はありません。	小麦) ピーファンに変更
3時				■*とうふ入り抹茶の米粉ケーキ* 木綿とうふ こめ粉 かたくり粉 ベーキングパウダー 抹茶缶 キャノーラ油 さとう アレルギー対応はありません。	■*だいにんもち* だいにん にんにく こめ粉 かたくり粉 鶏がらスープ こま油 アレルギー対応はありません。
アレルギー対応					アレルギー対応はありません。
				1杯分 - 412kcal 蛋白質 13.3g 脂質 8.4g 加糖量 92mg 鉄 1.8mg 食塩 1.5g	1杯分 - 436kcal 蛋白質 17.8g 脂質 16.2g 加糖量 113mg 鉄 2.2mg 食塩 1.8g

	28	29	30	
朝食	■*ごはん* 米 ■*ふた肉のしょうが炒め* ぶたにく たまねぎ 緑豆もやし にんにく ピーマン しょうが キャノーラ油 淡口しょうゆ さとう かたくり粉 ■*マカロニサラダ* ■*カールマカロニ* さやいんげん コーン マーガリン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★フイヨン ■*マスカットゼリー* かわでりの素(マスカット) ■*はくさいのみそ汁* はくさい あぶらあげ みずな 混合削りぶし みそ 	■*ごはん* 米 ■*白身魚の甘酢あんかけ* ホキ しお りょうり酒 かたくり粉 キャノーラ油 ■*甘酢あん* 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ グチャップ 鶏がらスープ かたくり粉 水 ■*あつあけと牛肉の煮物* あつあけ きゅうり にんにく えだまめ だしパック 濃口しょうゆ さとう ■*にまつなのおかひ和え* こまつな ピーマン 赤パプリカ かつおぶし さとう 淡口しょうゆ ■*じゃがいものみそ汁* じゃがいも たまねぎ 豆腐 混合削りぶし みそ	■*ごはん* 米 ■*マーボー豆腐* 木綿とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にんにく だいず華粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 青ねぎ ■*きゅうりと大豆のツナサラダ* きゅうり にんにく だいず水煮 ★ハム ツナ 淡口しょうゆ さとう こしょう ■*ふどうゼリー* かわでりの素(ぶどう) ■*中華スープ* だいにん ★ちくわ えのき カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ こま油	「秋が旬のきのこ」 秋に旬を迎えるきのこですが、多くの種類があります。給食に入っているきのこもあるのでさがしてみてね！ ・しいたけ ・しめじ ・えのき ・まいたけ ・エリンギ ・なめこ ・マッシュルーム 等
アレルギー対応	小麦) ライスパスタに変更	魚類) とり肉に変更	アレルギー対応はありません。	
3時	■*きなこ煎餅パン* こめ粉 きな粉 ベーキングパウダー さとう とうにゅう キャノーラ油	■*ミルククリームパン* こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー とうにゅう さとう コーンスターチ	■*さつまいものおやき* さつまいも かたくり粉 さとう みそ	【きのこにはこんな栄養素が！】 ・ビタミンB →エネルギーを作るサポート ・ビタミンD →カルシウムの吸収をサポート
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	
	1杯分 - 519kcal 蛋白質 17.6g 脂質 16g 加糖量 97mg 鉄 2.3mg 食塩 1.1g	1杯分 - 458kcal 蛋白質 18.3g 脂質 9.7g 加糖量 129mg 鉄 1.9mg 食塩 1.9g	1杯分 - 438kcal 蛋白質 17.4g 脂質 10.7g 加糖量 120mg 鉄 2.3mg 食塩 1.3g	