



2026年9月給食だより



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに マくるみ ◇カシューナッツ ◎アーモンド ◎マカダミアナッツ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き			その他	献立	材料
				主にかからでつくるもの	主にかからで調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの			
1	火	ソフトサラダ お茶	ミートソースパグティ アスパラサラダ スープ フルーツ (グレープフルーツ)	豚ひき肉 ウインナー	玉ねぎ・人参・トマト(加工)・ドライパセリ グリーンアスパラガス・キャベツ・人参 小松菜・大根 グレープフルーツルビー	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 酢・塩 コンソメ	さつねおにぎり お茶	米(国産)・油揚げ・砂糖 本みりん・醤油 麦茶
2	水	かぼちゃポーロ お茶	スタミナ焼肉丼 がんもの煮物 味噌汁 フルーツ (りんご)	豚肉 がんもどき 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・しょうが・にんにく 人参・さいいんげん 玉ねぎ・わかめ りんご	米(国産)・油・砂糖・白ごま 砂糖 じゃが芋	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん ▲牛乳
3	木	ほたはた焼 お茶	サバのごま煮 焼じゃが 小松菜のおかかマヨ和え 麦入りごはん 味噌汁	さば かつお節	小松菜・もやし・人参	白ごま じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	だし・醤油・本みりん 塩 醤油	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳
4	金	豆花クッキー お茶	カレーライス コーンサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	豚肉	玉ねぎ・人参 人参・コーン・キャベツ・きゅうり ほうれん草・大根・しめじ オレンジ	米(国産)・押麦・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	ヨーグルトゼリー お茶	寒天・砂糖 ▲ヨーグルト 麦茶
5	土	ソフトサラダ お茶	醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース		
7	月	かぼちゃポーロ お茶	豚肉の甘酢炒め マカロニサラダ 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (グレープフルーツ)	豚肉	玉ねぎ・ピーマン・人参 きゅうり・人参・コーン	油・砂糖・でん粉 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	トマトケチャップ・醤油・酢・鶏がらスープ だし	いちご蒸しケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・ストロベリーソース ▲牛乳
8	火	白い風船ミルククリーム お茶	麻婆豆腐丼 昆布のかみかみサラダ スープ フルーツ (バナナ)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・人参・しいたけ 細切昆布・きゅうり・人参・ごぼう・もやし 大根・小松菜・白ねぎ バナナ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・酢・本みりん 鶏がらスープ	味噌だれいもち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・赤みそ・本みりん ▲牛乳
9	水	ほたはた焼 お茶	アジの蒲焼風 大根の金平 ほうれん草のごま和え ごはん 味噌汁	あじ さつま揚げ	大根・人参 ほうれん草・白菜・人参	でん粉・油・砂糖 調合ごま油・砂糖 白ごま・砂糖 米(国産)	料理酒・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
10	木	五穀ビスケット お茶	けんちんうどん 蒸さつま芋 れんコンサラダ フルーツ (オレンジ)	豚肉・生揚げ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 れんこん・コーン・人参・ブロッコリー オレンジ	うどん・油・里芋 さつま芋 マヨネーズタイプ(卵不使用)	だし・醤油・本みりん・塩 醤油	しらすあおさおにぎり お茶	米(国産)・あおさのり・しらす 塩・白ごま 麦茶
11	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉の塩こうじ漬揚げ かぼちゃの旨煮 チーズサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 ▲チーズ	しょうが かぼちゃ キャベツ・きゅうり・人参	でん粉・油 砂糖 油・砂糖 米(国産)	塩こうじ 醤油・本みりん・だし 酢・塩	アップルゼリー 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ▲牛乳
12	土	ソフトサラダ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・さいいんげん・コーン キャベツ・わかめ	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ・醤油		
14	月 郷土料理 (山梨)	白い風船ミルククリーム お茶	鶏肉のおかか焼 ★じゃが芋としじきの煮物 花野菜のマヨ和え ごはん 味噌汁	鶏肉・かつお節 油揚げ	ひじき・グリーンピース カリフラワー・ブロッコリー・人参	砂糖・小麦粉・油 じゃが芋・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし	人参ケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・●卵 ▲ヨーグルト・▲バター・人参 ▲牛乳
15	火	豆花クッキー お茶	味噌ラーメン 肉しゅうまい キャベツの中華サラダ フルーツ (グレープフルーツ)	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい かつおフレーク	玉ねぎ・人参・もやし・青ねぎ・にんにく・しょうが きゅうり・キャベツ・コーン グレープフルーツルビー	ラーメン・油・調合ごま油 砂糖・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ 醤油・酢	カレーチーストースト 牛乳	▲食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲粉チーズ・カレーパウダー ▲牛乳
16	水	かぼちゃポーロ お茶	サーモンのバター醤油焼 あおさポテト ほうれん草のおかか和え ごはん 味噌汁	ピンクサーモン かつお節	あおさのり ほうれん草・もやし・人参	小麦粉・▲バター じゃが芋・油 米(国産)	塩・醤油 塩 醤油 だし	★マゼドニア風 牛乳	バナナ・りんご・オレンジ オレンジジュース・砂糖 ▲牛乳
17	木 復讐 メニュー	ソフトサラダ お茶	★生揚げのカレーそぼろ煮 大根のマヨ和え ごはん 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	生揚げ・豚ひき肉	玉ねぎ・さいいんげん・にんにく・しょうが 大根・きゅうり・人参	▲バター・小麦粉・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	カレーパウダー・コンソメ・醤油・トマトケチャップ・塩	チースサブシ 牛乳	▲バター・砂糖 小麦粉・▲粉チーズ ▲牛乳
18	金	ほたはた焼 お茶	クリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ (バナナ)	鶏肉・▲牛乳 ツナフレーク	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	じゃが芋 砂糖・オリーブ油 ▲食パン	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	ごま塩おにぎり お茶	米(国産)・黒ごま 塩 麦茶
19	土	かぼちゃポーロ お茶	五目あんかけうどん	豚肉	ほうれん草・白菜・人参・しいたけ・だし昆布	うどん・でん粉	だし・醤油・本みりん・塩		
24	木	白い風船ミルククリーム お茶	カツオカツ 切干大根のハリハリ和え 手作りふりかけ 麦入りごはん 味噌汁	▲カツオカツ ●ハム しらす・かつお節	切干大根・ほうれん草・人参 小松菜	油 調合ごま油・砂糖・白ごま 白ごま・調合ごま油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ	醤油・酢 本みりん・醤油・酢 だし	お麩のきなこラスク 牛乳	おつゆ・オリーブ油 砂糖・きな粉 ▲牛乳
25	金 十五夜	ほたはた焼 お茶	照焼ハンバーグ 大根のごまドレサラダ 麦入りごはん 味噌汁 お月見ゼリー	●/▲ハンバーグ	大根・きゅうり・人参 しめじ・小松菜	油・砂糖・でん粉 ●ごまドレッシング 米(国産)・押麦 お月見ゼリー	醤油・本みりん・料理酒 だし	あんこクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー こしあん・▲マーガリン ▲牛乳
26	土	ソフトサラダ お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		
28	月	かぼちゃポーロ お茶	白身魚のサクサク焼 小松菜の納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	たら 納豆	小松菜・人参 玉ねぎ・キャベツ オレンジ	マヨネーズタイプ(卵不使用)・パン粉・油 米(国産) おつゆ	塩・ウスターソース 醤油・だし だし	コンソメポテトフライ 牛乳	ポテトフライ・油 コンソメ ▲牛乳
29	火	ソフトサラダ お茶	豚汁うどん 焼かぼちゃ もやしとしゅうりの磯和え フルーツ (バナナ)	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ ちくわ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ もやし・きゅうり・人参・のり バナナ	うどん・さつま芋 油 砂糖	だし・本みりん・醤油 塩 だし・醤油	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
30	水	白い風船ミルククリーム お茶	ケチャップライス コロッケ ブロッコリーサラダ スープ ぶどうゼリー	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・赤ピーマン・にんにく ブロッコリー・キャベツ・人参 白菜・玉ねぎ・小松菜 寒天・りんごジュース	米(国産)・オリーブ油 ▲牛肉コロッケ・油 砂糖・オリーブ油 砂糖	コンソメ・トマトケチャップ 中濃ソース 酢・塩 コンソメ	お誕生日ケーキ(さつま芋) 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆乳 油・さつま芋・▲ホイップクリーム ▲牛乳

栄養価の平均

(3歳以上)

(3歳未満)

エネルギー558kcal

たんぱく質20.0g

脂質16.9g

カルシウム208mg

食塩相当量2.0g

エネルギー475kcal

たんぱく質16.7g

脂質14.4g

カルシウム173mg

食塩相当量1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2026年9月給食だより（離乳完了期）



アレルギー表示 ●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに マくるみ ◇カシューナッツ ①アーモンド ②マカダミアナッツ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き			その他	献立	材料
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの			
1	火	野菜ハイハイ お茶	ミートソース/バグティ アスパラサラダ スープ フルーツ (グレープフルーツ)	豚ひき肉 ウインナー	玉ねぎ・人参・トマト(加工)・ドライパセリ グリーンアスパラガス・キャベツ・人参 小松菜・大根 グレープフルーツルビー	スバグティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 酢・塩 コンソメ	きつねおにぎり お茶	米(国産)・油揚げ・砂糖 本みりん・醤油 麦茶
2	水	かぼちゃポーロ お茶	スタミナ焼肉丼 がんもの煮物 味噌汁 りんごの甘煮	豚肉 がんもどき あみそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・しょうが・にんにく 人参・さやいんげん 玉ねぎ・わかめ りんご	米(国産)・油・砂糖・白ごま 砂糖 じゃが芋 砂糖	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん ▲牛乳
3	木	ハイハイ お茶	白身魚のごま煮 焼じゃが 小松菜のおかかマヨ和え 軟飯 味噌汁	たら かつお節	小松菜・もやし・人参	白ごま じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	だし・醤油・本みりん 塩 醤油	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳
4	金	野菜ハイハイ お茶	カレーライス コーンサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	豚肉	玉ねぎ・人参 人参・コーン・キャベツ・きゅうり ほうれん草・大根・しめじ オレンジ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	ヨーグルトゼリー お茶	寒天・砂糖 ▲ヨーグルト 麦茶
5	土	ベビースティック お茶	醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース		
7	月	かぼちゃポーロ お茶	豚肉の甘酢炒め マカロニサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ (グレープフルーツ)	豚肉 あみそ・白みそ	玉ねぎ・ピーマン・人参 きゅうり・人参・コーン キャベツ・玉ねぎ・しめじ グレープフルーツルビー	油・砂糖・でん粉 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・酢・鶏がらスープ だし	いちご蒸しケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・ストロベリーソース ▲牛乳
8	火	ハイハイ お茶	麻婆豆腐丼 かみかみサラダ スープ フルーツ (バナナ)	豆腐・豚ひき肉・あみそ	しょうが・玉ねぎ・人参・しいたけ きゅうり・人参・ごぼう・もやし 大根・小松菜・白ねぎ バナナ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・酢・本みりん 鶏がらスープ	味噌だれいもち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・あみそ・本みりん ▲牛乳
9	水	野菜ハイハイ お茶	白身魚の蒲焼風 大根の金平 ほうれん草のごま和え 軟飯 味噌汁	たら さつま揚げ	大根・人参 ほうれん草・白菜・人参 わかめ・玉ねぎ	でん粉・油・砂糖 調合ごま油・砂糖 白ごま・砂糖 米(国産)	料理酒・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
10	木	ベビースティック お茶	けんちんうどん 蒸さつま芋 れんこんサラダ フルーツ (オレンジ)	豚肉・生揚げ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 れんこん・コーン・人参・ブロッコリー オレンジ	うどん・油・里芋 さつま芋 マヨネーズタイプ(卵不使用)	だし・醤油・本みりん・塩 醤油	しらすあおさおにぎり お茶	米(国産)・あおさのり・しらす 塩・白ごま 麦茶
11	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 かぼちゃの旨煮 チーズサラダ 軟飯 味噌汁	鶏肉 ▲チーズ あみそ・白みそ	かぼちゃ キャベツ・きゅうり・人参 えのきたけ・玉ねぎ・ほうれん草	油 砂糖 油・砂糖 米(国産)	塩こうじ 醤油・本みりん・だし 酢・塩 だし	アップルゼリー 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ▲牛乳
12	土	ハイハイ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん・コーン キャベツ・わかめ	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ・醤油		
14	月 郷土料理 (山梨)	ベビースティック お茶	鶏肉のおかか焼 ★じゃが芋とひじきの煮物 花野菜のマヨ和え 軟飯 味噌汁	鶏肉・かつお節 油揚げ あみそ・白みそ	ひじき・グリーンピース カリフラワー・ブロッコリー・人参 玉ねぎ・ほうれん草・人参	砂糖・小麦粉・油 じゃが芋・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	人参ケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・●卵 ▲ヨーグルト・▲バター・人参 ▲牛乳
15	火	野菜ハイハイ お茶	味噌ラーメン 肉しゅうまい キャベツの中華サラダ フルーツ (グレープフルーツ)	豚肉・あみそ 肉しゅうまい かつおフレーク	玉ねぎ・人参・もやし・青ねぎ・にんにく・しょうが きゅうり・キャベツ・コーン グレープフルーツルビー	ラーメン・油・調合ごま油 砂糖・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ 醤油・酢	カレーチーストースト 牛乳	▲食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲粉チーズ・カレーパウダー ▲牛乳
16	水	かぼちゃポーロ お茶	サーモンのバター醤油焼 あおさポテト ほうれん草のおかか和え 軟飯 味噌汁	ピンクサーモン かつお節	あおさのり ほうれん草・もやし・人参 白菜・玉ねぎ	小麦粉・▲バター じゃが芋・油 米(国産)	塩・醤油 塩 醤油 だし	★マゼドニア風 牛乳	バナナ・オレンジ オレンジジュース・砂糖 ▲牛乳
17	木 復興 メニュー	野菜ハイハイ お茶	★生揚げのカレーそぼろ煮 大根のマヨ和え 軟飯 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	生揚げ・豚ひき肉 あみそ・白みそ	玉ねぎ・さやいんげん・にんにく・しょうが 大根・きゅうり・人参 しめじ・小松菜・なす オレンジ	▲バター・小麦粉・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	カレーパウダー・コンソメ・醤油・トマトケチャップ・塩 だし	チーズサブレ 牛乳	▲バター・砂糖 小麦粉・▲粉チーズ ▲牛乳
18	金	ハイハイ お茶	クリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ (バナナ)	鶏肉・▲牛乳 ツナフレーク	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	じゃが芋 砂糖・オリーブ油 ▲食パン	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	ごま塩おにぎり お茶	米(国産)・黒ごま 塩 麦茶
19	土	かぼちゃポーロ お茶	五目あんかけうどん	豚肉	ほうれん草・白菜・人参・しいたけ・だし昆布	うどん・でん粉	だし・醤油・本みりん・塩		
24	木	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付け 切干大根のハリハリ和え 手作りふりかけ 軟飯 味噌汁	たら ●ハム しらす・かつお節 あみそ・白みそ	しょうが 切干大根・ほうれん草・人参 小松菜 キャベツ・玉ねぎ	砂糖 調合ごま油・砂糖・白ごま 白ごま・調合ごま油・砂糖 米(国産) おつゆ	醤油・料理酒・だし 醤油・酢 本みりん・醤油・酢 だし	お麩のきなこラスク 牛乳	おつゆ・オリーブ油 砂糖・きな粉 ▲牛乳
25	金 十五夜	ベビースティック お茶	照焼ハンバーグ 大根のごまドレサラダ 軟飯 味噌汁 お月見ゼリー	●/▲ハンバーグ 豆腐・あみそ・白みそ	大根・きゅうり・人参 しめじ・小松菜	油・砂糖・でん粉 ●ごまドレッシング 米(国産) お月見ゼリー	醤油・本みりん・料理酒 だし	あんこクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー こしあん・▲マーガリン ▲牛乳
26	土	ハイハイ お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		
28	月	かぼちゃポーロ お茶	白身魚のサクサク焼 小松菜の納豆和え 軟飯 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	たら 納豆 あみそ・白みそ	小松菜・人参 玉ねぎ・キャベツ オレンジ	マヨネーズタイプ(卵不使用)・パン粉・油 米(国産) おつゆ	塩・ウスターソース 醤油・だし だし	コンソメポテトフライ (卵) 牛乳	ポテトフライ・油 コンソメ ▲牛乳
29	火	野菜ハイハイ お茶	豚汁うどん 焼かぼちゃ もやしときゅうりの磯和え フルーツ (バナナ)	豚肉・油揚げ・あみそ・白みそ ちくわ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ もやし・きゅうり・人参・のり バナナ	うどん・さつま芋 油 砂糖	だし・本みりん・醤油 塩 だし・醤油	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
30	水	ハイハイ お茶	ケチャップライス 焼きクロック ブロッコリーサラダ スープ ぶどうゼリー	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・赤ピーマン・にんにく ブロッコリー・キャベツ・人参 白菜・玉ねぎ・小松菜 寒天・りんごジュース	米(国産)・オリーブ油 ▲牛肉クロック・油 砂糖・オリーブ油 砂糖	コンソメ・トマトケチャップ 中濃ソース 酢・塩 コンソメ	お誕生日ケーキ (さつま芋) 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆乳 油・さつま芋・▲ホイップクリーム ▲牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2026年9月給食だより（離乳後期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに マくるみ ◇カシューナッツ ㊟アーモンド ㊞マカダミアナッツ

SuruSu上隣こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	火	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 キャベツの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・小松菜・だし昆布 大根・だし昆布 キャベツ・人参	うどん	醤油 醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶
2	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
3	木	ハイハイ お茶	白身魚の煮付 キャベツのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
4	金	野菜ハイハイ お茶	鶏じゃが ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 大根・キャベツ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	かぼちゃ 麦茶
5	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	ほうれん草・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油		
7	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉とキャベツのあんかけ 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
8	火	ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 きゅうりのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 大根・小松菜・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油 塩	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶
9	水	野菜ハイハイ お茶	白身魚のあおさ煮 白菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
10	木	ベビースティック お茶	煮込みうどん さつま芋の旨煮 ブロッコリーのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・大根・だし昆布 だし昆布 ブロッコリー・人参	うどん さつま芋	醤油 醤油 醤油	しらすおじや お茶	米(国産)・しらす 玉ねぎ・醤油 麦茶
11	金	かぼちゃポーロ お茶	かぼちゃのそぼろ煮 キャベツのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
12	土	ハイハイ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・玉ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油		
14	月	ベビースティック お茶	花野菜のそぼろあん じゃが芋の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	ブロッコリー・カリフラワー・だし昆布 だし昆布 人参・ほうれん草・だし昆布	でん粉 じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	かぼちゃのミルク煮 お茶	かぼちゃ ▲スキムミルク 麦茶
15	火	野菜ハイハイ お茶	あんかけうどん キャベツのあおさ煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布・あおさのり きゅうり・人参・だし昆布	うどん・でん粉 でん粉	醤油 醤油 醤油	さつま芋のパンがゆ お茶	パン粉・さつま芋 ▲スキムミルク 麦茶
16	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の味噌煮 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 白菜・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
17	木	野菜ハイハイ お茶	そぼろ大根 きゅうりのおかか煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) かつお節 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 玉ねぎ・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	煮りんご お茶	りんご 麦茶
18	金	ハイハイ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク	人参・だし昆布 ブロッコリー・玉ねぎ キャベツ・だし昆布	じゃが芋・でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のおじや お茶	米(国産)・人参 醤油 麦茶
19	土	かぼちゃポーロ お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	ほうれん草・白菜・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
24	木	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
25	金	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 大根と小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 大根・小松菜 玉ねぎ・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
26	土	ハイハイ お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
28	月	かぼちゃポーロ お茶	白身魚のあおさ煮 人参の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	たら 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 人参・だし昆布 小松菜・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
29	火	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん かぼちゃの旨煮 もやしときゅうりの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 もやし・きゅうり	うどん	醤油 醤油 醤油	あおさおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
30	水	ハイハイ お茶	鶏肉と白菜のあんかけ ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください。



2026年9月給食だより（離乳中期）



アレルギー表示 ●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに マくるみ ◇カシューナッツ ㊟アーモンド ㊟マカダミアナッツ

SuruSu上隣こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	火	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 キャベツの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・小松菜・だし昆布 大根・だし昆布 キャベツ・人参	うどん	醤油 醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶
2	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
3	木	ハイハイ お茶	白身魚の煮付 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
4	金	野菜ハイハイ お茶	鶏じゃが ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 大根・キャベツ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	かぼちゃ 麦茶
5	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	ほうれん草・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油		
7	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉とキャベツのあんかけ 人参の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
8	火	ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 きゅうりのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 大根・小松菜・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油 塩	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶
9	水	野菜ハイハイ お茶	白身魚のあおさ煮 白菜の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
10	木	ベビースティック お茶	煮込みうどん さつま芋の旨煮 ブロッコリーのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・大根・だし昆布 だし昆布 ブロッコリー・人参	うどん さつま芋	醤油 醤油 醤油	しらすおじや お茶	米(国産)・しらす 玉ねぎ・醤油 麦茶
11	金	かぼちゃポーロ お茶	かぼちゃのそぼろ煮 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
12	土	ハイハイ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・玉ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油		
14	月	ベビースティック お茶	花野菜のそぼろあん じゃが芋の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	ブロッコリー・カリフラワー・だし昆布 だし昆布 人参・ほうれん草・だし昆布	でん粉 じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	かぼちゃのミルク煮 お茶	かぼちゃ ▲スキムミルク 麦茶
15	火	野菜ハイハイ お茶	あんかけうどん キャベツのあおさ煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布・あおさのり きゅうり・人参・だし昆布	うどん・でん粉 でん粉	醤油 醤油 醤油	さつま芋のパンがゆ お茶	パン粉・さつま芋 ▲スキムミルク 麦茶
16	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の味噌煮 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 白菜・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
17	木	野菜ハイハイ お茶	そぼろ大根 きゅうりのおかか煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) かつお節 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 玉ねぎ・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	煮りんご お茶	りんご 麦茶
18	金	ハイハイ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク	人参・だし昆布 ブロッコリー・玉ねぎ キャベツ・だし昆布	じゃが芋・でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のおじや お茶	米(国産)・人参 醤油 麦茶
19	土	かぼちゃポーロ お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	ほうれん草・白菜・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
24	木	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
25	金	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 大根と小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 大根・小松菜 玉ねぎ・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
26	土	ハイハイ お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
28	月	かぼちゃポーロ お茶	白身魚のあおさ煮 人参の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	たら 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 人参・だし昆布 小松菜・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
29	火	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん かぼちゃの旨煮 もやしときゅうりの和え物	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 もやし・きゅうり	うどん	醤油 醤油 醤油	あおさおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
30	水	ハイハイ お茶	鶏肉と白菜のあんかけ ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください。



2026年9月給食だより（離乳初期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに マくるみ ◇カシューナッツ ◎アーモンド ◎マカダミアナッツ ◎ヒスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にならだをつくるもの	主にならだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	火	10倍がゆ 大根のペースト 小松菜のペースト 人参のペースト		大根 小松菜 人参	米(国産)	
2	水	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト		キャベツ 人参	米(国産) じゃが芋	
3	木	10倍がゆ 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		小松菜 玉ねぎ 人参	米(国産)	
4	金	10倍がゆ キャベツのペースト ほうれん草のペースト じゃが芋のペースト		キャベツ ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
5	土	10倍がゆ 人参のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト		人参 ほうれん草 玉ねぎ	米(国産)	
7	月	10倍がゆ キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		キャベツ 玉ねぎ 人参	米(国産)	
8	火	10倍がゆ 大根のペースト 小松菜のペースト 豆腐のペースト	豆腐	大根 小松菜	米(国産)	
9	水	10倍がゆ 白菜のペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		白菜 ほうれん草 人参	米(国産)	
10	木	10倍がゆ 人参のペースト さつま芋のペースト ブロッコリーのペースト		人参 ブロッコリー	米(国産) さつま芋	
11	金	10倍がゆ キャベツのペースト ほうれん草のペースト かぼちゃのペースト		キャベツ ほうれん草 かぼちゃ	米(国産)	
12	土	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト 人参のペースト	豆腐	キャベツ 人参	米(国産)	
14	月	10倍がゆ カリフラワースのペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		カリフラワース 人参 ほうれん草	米(国産)	
15	火	10倍がゆ きゅうりのペースト キャベツのペースト 人参のペースト		きゅうり キャベツ 人参	米(国産)	
16	水	10倍がゆ ほうれん草のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト		ほうれん草 人参	米(国産) じゃが芋	
17	木	10倍がゆ 人参のペースト きゅうりのペースト 大根のペースト		人参 きゅうり 大根	米(国産)	
18	金	10倍がゆ じゃが芋のペースト キャベツのペースト ブロッコリーのペースト		キャベツ ブロッコリー	米(国産) じゃが芋	
19	土	10倍がゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト 白菜のペースト		ほうれん草 人参 白菜	米(国産)	
24	木	10倍がゆ 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		玉ねぎ ほうれん草 人参	米(国産)	
25	金	10倍がゆ 豆腐のペースト 大根のペースト 小松菜のペースト	豆腐	大根 小松菜	米(国産)	
26	土	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		キャベツ 人参 玉ねぎ	米(国産)	
28	月	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 小松菜のペースト		キャベツ 人参 小松菜	米(国産)	
29	火	10倍がゆ さつま芋のペースト ブロッコリーのペースト トマトのペースト		ブロッコリー トマト	米(国産) さつま芋	
30	水	10倍がゆ じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		玉ねぎ 人参	米(国産) じゃが芋	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。