

| 2026年 |   |    | 9月                                    | 給食献立表                                                                                                              | くりくま保育園                                             |                                   |
|-------|---|----|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------|
|       |   |    | 給食                                    | 材料                                                                                                                 | うさぎ~ぞう<br>おやつ<br>(材料)                               | ひよこ~りす<br>おやつ<br>(材料)             |
| 1     | 火 | 15 | ごはん<br>豚肉のパン粉焼き<br>かぼちゃサラダ            | 白米<br>豚肉 パセリ 薄力粉 パン粉 塩 コショウ 菜種油<br>かぼちゃ 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 塩 コショウ 米酢 カレー粉                                                 | 牛乳<br>梨<br>つぶせんべい                                   | じゃが芋もち<br>(じゃが芋 片栗粉)<br>なし        |
| 2     | 水 | 16 | ごはん<br>鯖の西京焼き<br>きんぴらごぼう              | 白米<br>鯖 白味噌 みりん<br>ごぼう 蓮根 人参 三度豆 砂糖 醤油 みりん 菜種油                                                                     | 牛乳<br>黒糖かるかん<br>(長芋 上新粉 黒糖 BP)<br>干しぶルーン            | さつま芋団子<br>(さつま芋 上新粉)<br>むらさき芋せんべい |
| 3     | 木 | 17 | ごはん<br>ボトフ<br>中華胡瓜                    | 白米<br>牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 セロリ キャベツ 塩 コショウ 醤油 削り節<br>胡瓜 砂糖 米酢 醤油 ごま油                                                      | 牛乳<br>抹茶蒸しパン<br>(薄力粉 砂糖 抹茶 BP)                      | かぼちゃもち<br>(かぼちゃ 片栗粉)<br>干しぶルーン    |
| 4     | 金 |    | ごはん<br>鶏の梅焼き<br>キャベツのじゃこ和え            | 白米<br>鶏肉 梅干し 砂糖 味噌 みりん<br>キャベツ にら ちりめんじゃこ 醤油                                                                       | 牛乳<br>マカロニきな粉<br>(マカロニ きな粉 砂糖)<br>チーズ               | 蓮根のおやき<br>(蓮根 片栗粉 塩)<br>コーンせんべい   |
|       |   | 18 | さつま芋ごはん<br>青菜のナムル<br>けんちん汁            | 白米 さつま芋 塩 昆布<br>小松菜 もやし わかめ 塩 醤油 ごま油<br>鶏肉 豆腐 こんにゃく 大根 人参 里芋 ごぼう しめじ 青葱 醤油 削り節                                     |                                                     |                                   |
| 5     | 土 | 19 | ごはん<br>豚肉と白菜の重ね蒸し<br>青のりポテト           | 白米<br>豚肉 白菜 えのき 生椎茸 土生姜 醤油 みりん 削り節<br>じゃが芋 青のり 塩                                                                   | 牛乳<br>きらず揚げ<br>ベジタブルせんべい                            | さくっとあられ<br>ベビースティック               |
| 7     | 月 |    | ごはん<br>麻婆豆腐<br>茄子の土佐和え                | 白米<br>牛肉 豆腐 玉葱 人参 にんにく 土生姜 青葱 砂糖 醤油 味噌 片栗粉<br>茄子 花かつお 醤油 削り節                                                       | 牛乳<br>りんごゼリー<br>(りんごJ 寒天 砂糖)<br>干しぶルーン              | かぼちゃ団子<br>(かぼちゃ 上新粉)<br>りんご       |
| 8     | 火 |    | ごはん<br>かみなり揚げ<br>温野菜の酢味噌掛け            | 白米<br>鶏ひき肉 豆腐 干し椎茸 玉葱 青葱 卵 塩 コショウ 醤油 片栗粉 菜種油<br>かぼちゃ さつま芋 ブロッコリー キャベツ 砂糖 米酢 味噌                                     | 牛乳<br>梨<br>玄米ほんぼー                                   | 大根団子<br>(大根 上新粉)<br>なし            |
| 9     | 水 |    | ごはん<br>鮭の照り焼き<br>野菜の炊き合わせ             | 白米<br>鮭 醤油 みりん<br>かぼちゃ 厚揚げ 人参 玉葱 茄子 三度豆 砂糖 醤油 みりん 削り節                                                              | 牛乳<br>わらびもち<br>(わらびもち粉 砂糖 きな粉)                      | さつま芋もち<br>(さつま芋 片栗粉)<br>さくっとあられ   |
| 10    | 木 | 24 | ごはん<br>牛肉のマリネ<br>オクラの磯和え<br>冷やしきつねうどん | 白米<br>牛肉 ピーマン バブリカ 玉葱 トマト<br>砂糖 塩 コショウ 醤油 米酢 オリーブ油<br>オクラ もやし えのき 焼きのり 醤油<br>うどん 鶏肉 油揚げ 人参 玉葱 わかめ 胡瓜 砂糖 醤油 みりん 削り節 | 牛乳<br>手作りパン<br>(薄力粉 砂糖 塩 菜種油<br>ドライイースト)            | 蒸しかぼちゃ<br>(かぼちゃ)<br>ベビースティック      |
| 11    | 金 | 25 | さつま芋のレモン煮                             | さつま芋 レモン 砂糖                                                                                                        | お茶<br>かつお醤油おにぎり<br>(白米 花かつお 醤油)<br>返りちりめん           | 人参おにぎり<br>(白米 人参 塩)<br>干しぶルーン     |
| 12    | 土 | 26 | ごはん<br>豚じゃが<br>白菜のゆかり和え               | 白米<br>豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 さやいんげん つきこん 砂糖 醤油 みりん 削り節<br>白菜 えのき ゆかり                                                        | 牛乳<br>つぶせんべい<br>玄米ほんぼー                              | むらさき芋せんべい<br>さくっとあられ              |
| 14    | 月 | 28 | ごはん<br>あらめ煮<br>千草和え                   | 白米<br>牛肉 あらめ 玉葱 人参 三度豆 干し椎茸 油揚げ 砂糖 醤油 みりん 削り節<br>小松菜 えのき もやし 醤油                                                    | 牛乳<br>焼き芋<br>干しぶルーン                                 | 蒸しかぼちゃ<br>(かぼちゃ)<br>干しぶルーン        |
|       | 火 | 29 | ごはん<br>茄子のあんかけハンバーグ<br>パズキャサラダ        | 白米<br>豚ひき肉 豆腐 茄子 玉葱 パン粉 牛乳 砂糖 塩 醤油 片栗粉<br>かぼちゃ さつま芋 ブロッコリー キャベツ 砂糖 塩 コショウ 米酢 オリーブ油                                 | 牛乳<br>梨<br>こんぶあられ                                   | 人参団子<br>(人参 上新粉)<br>なし            |
|       | 水 | 30 | ごはん<br>さばの味噌煮<br>青菜の胡麻和え              | 白米<br>鯖 ごぼう 土生姜 砂糖 みりん 味噌<br>小松菜 人参 えのき もやし 白胡麻 砂糖 醤油                                                              | 牛乳<br>オニオンパン<br>(薄力粉 玉葱 塩 砂糖<br>ドライイースト<br>バター チーズ) | きんとん<br>(さつま芋 長芋)<br>ベビースティック     |

6月あたりから給食で扱うさつま芋が「シルクスイート」になり、それによりおやつの焼き芋がグッと甘みが強く、なっとりとした食感となり、非常に美味しくなりました。2012年に開発された品種で、比較的新しいさつま芋です。「甘くて、しっとりとした食感のおいもを作りたい」という思いから長い年月をかけて品種改良が行われ、人気の高いさつま芋の一つとなりました。ちなみに他の代表的なさつま芋の品種には、「紅はるか」、「安納芋」、「鳴門金時」などがあります。それぞれ特徴があるので調理法に応じて品種を選んでみるのも面白いかもしれませんね。