

令和8年9月 予定献立表

てらだこども園

日	曜	主食	副 食	お や つ		行事
			共 食	10時(未満児)	3時(共通)	
1	火	パン	魚のホイル焼き・マカロニサラダ・オクラのスープ	りんご	サータアンダギー	
2	水	ご飯	親子煮・キャベツの酢味噌和え・お麴の味噌汁	人参煮	ツナマヨトースト	
3	木	パン	スタミナ炒め・南瓜サラダ・春雨スープ	おせんべい	牛乳餅	
4	金	ご飯	魚の竜田揚げ・野菜の梅和え・果物・豆腐の味噌汁	チーズ	お好み焼き	
5	土	パン	ちゃんぽん・手作りしゅうまい・レタス・果物	さつま芋ロースト	ゴマ豆腐	
7	月	ご飯	魚の照り焼き・きゅうりの塩昆布和え・じゃが芋の味噌汁	バナナ	フライドごぼう	
8	火	ご飯	カラフルおにぎり・スコッチエッグ・ほうれん草とベーコンのサラダ・果物・コーンスープ	クラッカー	うさぎ蒸しパン	誕生会
9	水	パン	豆腐グラタン・ブロッコリーサラダ・えのきスープ	オレンジ	フルーツミックス	
10	木	パン	魚のアンGRES・カラフルサラダ・卵スープ	じゃが芋ロースト	ぶどうゼリー	
11	金	ご飯	豚丼・ワカメとじゃこの酢の物・果物・白菜の味噌汁	コーンフレーク	ジャムヨーグルト	
12	土	パン	ナポリタン・ジャーマンポテト・果物	ごぼう煮	ビスコ・バナナ	
14	月	ご飯	芋ご飯・魚の塩焼き・クーブイリチー・ほうれん草の味噌汁	大根煮	プリン	
15	火	パン	オープンオムレツ・ピーマンソテー・果物・中華スープ	りんご	たぬきおにぎり	
16	水	ご飯	カレーライス・干大根サラダ・ワカメスープ	ウエハース	煮豆	
17	木	パン	チキン南蛮・根菜サラダ・トマトスープ	ゼリー	マカロニあべかわ	
18	金	ご飯	麻婆豆腐・もやしの海苔ナムル・もずくスープ	人参煮	カルシウムトースト	
19	土	パン	五目そうめん・ししゃも天・スライスきゅうり・果物	ヨーグルト	野菜チップス・りんご	
21	月		敬老の日			
22	火		国民の休日			
23	水		秋分の日			
24	木	パン	鶏のから揚げ・春雨サラダ・コンソメスープ	南瓜ロースト	おはぎ	お彼岸
25	金	ご飯	魚のピザ焼き・ほうれん草の胡麻和え・まいたけの味噌汁	りんご	月見団子	お月見
26	土	パン	肉うどん・さつま芋ゴマ天・レタス・果物	くずねり	枝豆・おせんべい	
28	月	ご飯	高野豆腐のから揚げ・きゅうりとささみのサラダ・里芋の味噌汁	オレンジ	ケーキサレ	
29	火	パン	巣ごもり卵・レタスとアスパラのサラダ・ブロッコリースープ	ビスコ	梅じゃこおにぎり	
30	水	ご飯	魚のゴマフライ・さつま芋とりんごのサラダ・そうめん汁	大根煮	フルーツヨーグルト	

※  色付きの枠内のおやつは手作りで

※ 10時と3時おやつには牛乳・スキムミルク・野菜果物ジュース等が付き

※ おかわりを別で提供しています



クーブイリチーとは？

沖縄県の郷土料理で、クーブ(昆布)をイリチーする(炒め煮する)ことからこの名前が付けました。
作り方は、切昆布・油揚げ・丸天・にんじんなどの具材を炒め、出汁・しょうゆ・砂糖などの調味料を加えて煮込みます。ぜひご家庭でも作ってみてください◎！

