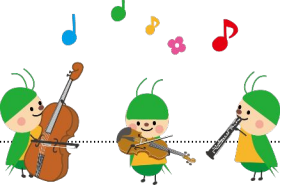
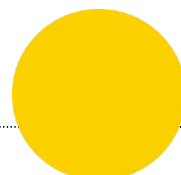


給食メニュー 2026年9月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2026. 09. 01	2026. 09. 02	2026. 09. 03	2026. 09. 04	2026. 09. 05	2026. 09. 06
 そうめん 鶏の塩麹焼き 塩麹ポテトサラダ 果物 みかんヨーグルト プルーン	雑穀ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・ごま） 魚の塩麹トマトソース 人参しりしり 冷奴 米粉バナナケーキ 牛乳	ごはん 味噌汁（かぼちゃ・しいたけ・ごま） 魚のソテー味噌ソース 大豆ツナサラダ おくら納豆 サラダチキン きゅうりスティック	ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 鶏とゴボウのさっと煮 ワカメとツナの炒め物 果物 南部せんべい レーズン	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ	
2026. 09. 07	2026. 09. 08	2026. 09. 09	2026. 09. 10	2026. 09. 11	2026. 09. 12
ごはん 味噌汁（しいたけ・玉ねぎ・あおさ） 魚の塩焼き もずくときゅうりの酢の物 コーン納豆 玄米おかき プルーン	梅おかかごはん 味噌汁（もずく・豆腐・玉ねぎ） 豆腐ハンバーグ 人参胡麻サラダ フルーツヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・ごま） 鶏のカレー醤油煮 おくら梅かつお節和え 果物 お誕生日ケーキ	ごはん 味噌汁（にら・えのき・ごま） 魚とピーマンの味噌炒め かぼちゃとツナの塩煮 わかめ納豆 寒天人参オレンジゼリー 玄米ゴマせんべい	けんちん丼 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・ごま） おくらとトマトの中華サラダ たくあん 豆乳ミックスジュース 焼塩せんべい	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2026. 09. 14	2026. 09. 15	2026. 09. 16	2026. 09. 17	2026. 09. 18	2026. 09. 19
ごはん 味噌汁（なす・玉ねぎ・ごま） 魚の昆布蒸し 洋風切り干し大根 梅のり納豆 よもぎ水ようかん ちりめんじゃこ	鶏のごま味噌煮 味噌汁（ほうれん草・人参・わかめ） しらすとよもぎの粉ふき芋 果物 お誕生日ケーキ	雑穀ごはん 味噌汁（かぼちゃ・しいたけ・ごま） 鶏の塩麹焼き ひじきの煮物 しらす ヨーグルトフルーツ寒天 焼塩せんべい	ごはん 味噌汁（もずく・えのき・ごま） 魚の照り焼き きゅうりとツナの酢の物 コーン納豆 人参おからケーキ	梅おかかごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 魚と野菜塩麹蒸し ウィンナーと人参のきんぴら 醤油せんべい プルーン	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2026. 09. 21	2026. 09. 22	2026. 09. 23	2026. 09. 24	2026. 09. 25	2026. 09. 26
休園日	休園日	休園日	ごはん 味噌汁（ブロッコリー・人参・あおさ） 魚のゴマ味噌がけ 人参しりしり 果物 お誕生日ケーキ	ごはん 味噌汁（さつま芋・えのき・ごま） 魚の照り焼き きんぴら 梅おかか納豆 お月見よもぎ米粉クッキー レーズン	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2026. 09. 28	2026. 09. 29	2026. 09. 30			
ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚の醤油麹焼き 豆苗ともやしのベーコン炒め 梅おかか納豆 お誕生日ケーキ	野菜うどん 魚の竜田揚げ 高野豆腐のツナそぼろ 果物 バナナヨーグルト	雑穀ごはん 味噌汁（かぼちゃ・しいたけ・ごま） 鶏肉の梅味噌煮 青のり粉ふき芋 金時豆 ふかし芋 牛乳			25日は十五夜
<今月の予定> 9月11日（金）食育「たくあん」…よく噛むとは胃や脳に良い影響があります。たくあんで噛む力をつけましょう。 9月25日（金）お料理「梅おかか納豆」…みんなが大好きな納豆を梅やかかを入れて混ぜます。					



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。