



日	献立名	食 品 名			おやつ
		からだをつくる	熱や力のもとになる	からだの調子をととのえる	
②(月)	豚肉と根菜のみそ煮 わかめのスープ・りんご	ぶた肉 厚揚げ たまご わかめ	こめ 里芋 こんにゃく	大根 人参 ごぼう れんこん えのき 玉ねぎ りんご	クレープ スキムミルク
3(火)	ハヤシライス・果菜サラダ リンゴジュース	牛もも ロースハム	こめ じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり りんご パイナップル	お菓子 スキムミルク
4(水)	鮭とじゃが芋のソテー 野菜スープ・オレンジ	鮭	こめ じゃが芋 バター ベーコン 油	玉ねぎ コーン缶 人参 キャベツ オレンジ	☆じゃこトースト スキムミルク
5(木)	かすみ揚げ・しめじの味噌汁 バナナ	魚肉ソーセージ 竹輪 たまご 油揚げ	こめ 油 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ 大根 バナナ	ココア蒸しパン スキムミルク
⑥(金)	カレーうどん・パイナップル 大根とカニカマのサラダ	ぶた肉 ツナ缶	こめ うどん	玉ねぎ 人参 こねぎ 大根 きゅうり パイナップル	みたらし団子 ココアミルク
7(土)	かに玉のオープン焼き マカロニサラダ・白菜のスープ	かにかま たまご ロースハム	こめ マヨネーズ マカロニ	にら もやし 人参 きゅうり レタス りんご 白菜 こねぎ	お菓子 スキムミルク
9(月)	切り干し大根の炒め ソーめん汁・バナナ	さつま揚げ たまご かまぼこ	こめ そうめん	人参 ピーマン こねぎ バナナ	白玉ドーナツ スキムミルク
⑩(火)	ミートボール(スパゲティ) たまごスープ・キウイ	豚ひき肉・牛ひき肉 たまご	こめ 油 スパゲティ	玉ねぎ 人参 コーン缶 こねぎ キウイフルーツ	フローズンヨーグルト
11(水)	白身魚の酢豚風 わかめの味噌汁・りんご	かれい わかめ 豆腐	こめ 油 かたくり粉	人参 ピーマン 玉ねぎ パイン缶 椎茸 筍 しめじ なす りんご	お菓子 スキムミルク
12(木)	麻婆豆腐・コーンスープ オレンジ	豚ひき肉 豆腐 たまご	こめ かたくり粉	人参 椎茸 筍 ねぎ 玉ねぎ クリーム・コーン缶 オレンジ	ストロベリーババロア
⑬(金)	おみせやさんごっこ	おにぎり・鶏肉からあげ・フライドポテト・野菜サラダ・のり汁・お月見ゼリー			焼き団子
14(土)	五目ビーフン しめじの味噌汁・バナナ	豚ひき肉 たまご 油揚げ	こめ ビーフン じゃがいも	人参 玉ねぎ ピーマン しめじ 大根 バナナ	お菓子 スキムミルク
17(火)	なます・納豆 豆腐の味噌汁・りんご	油揚げ 納豆 豆腐	こめ ごま	人参 大根 えのきたけ 白菜 こねぎ りんご	お菓子 ココアミルク
18(水)	魚のねぎ味噌焼き 春雨の中華和え・けんちん汁	ぶり ロースハム 鶏肉 豆腐	こめ ごま油 春雨 ごま こんにゃく	ねぎ きゅうり 人参 大根 ごぼう こねぎ	フルーツヨーグルト
19(木)	カジキと大豆の甘辛煮 ポテサラが・花ふ汁・朴ツグ	かじき 大豆 しらす干し たまご	こめ 油 じゃが芋 マヨネーズ 花ふ	きゅうり 人参 コーン缶 レタス オレンジ	☆焼きおにぎり スキムミルク
20(金)	パン・ミートスパゲティ クリームスープ・バナナ	豚ひき肉	コッパパン スパゲティ じゃがいも	玉ねぎ 人参 トマト クリーム・コーン缶 バナナ	☆野菜チップス スキムミルク
21(土)	チキンカツ・添え野菜 わかめの味噌汁・キウイ	鶏肉 たまご わかめ 豆腐	こめ パン粉 油 じゃがいも マヨネーズ	レタス トマト しめじ キウイフルーツ	お菓子 スキムミルク
24(火)	ツナのカレーコロッケ きのこの味噌汁・りんご	ツナ缶 たまご	こめ 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも	玉ねぎ じゃが芋 椎茸 コーン缶 キャベツ 人参 こねぎ りんご	お菓子 スキムミルク
25(水)	豚ひき肉と春雨の炒め たまごスープ・バナナ	豚ひき肉 たまご	こめ 春雨	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン缶 こねぎ バナナ	揚げパン スキムミルク
26(木)	誕生会	チキンライス・白身魚フライ・ウィンナー・マカロニサラダ・野菜スープ・ジュース			お菓子 スキムミルク
27(金)	ピクニック保育	愛情おにぎり day			半 日 保 育
28(土)	丼のトマト煮・グリーンポテト きのこのスープ・オレンジ	鶏肉 あおのり	こめ じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ トマト缶 えのきたけ しめじ 人参 こねぎ オレンジ	半 日 保 育
30(月)	はんぺんのチーズフライ かぼちゃの味噌汁・りんご	はんぺん チーズ たまご	こめ 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ	レタス トマト かぼちゃ 玉ねぎ しめじ こねぎ りんご	黒糖団子 スキムミルク



9月に入り、朝晩は涼しくなっていますが、日中はまだまだ暑いですが、子どもたちは夏の疲れが出てくる頃です。実りの秋・食欲の秋になり旬の食べ物が増えます。食事や体調管理に気を付けて、元気に秋を過ごしましょう！

食育活動のお知らせ

13 さくらぐみ
6 ひまわりぐみ
10 すみれぐみ
2 たんぽぽぐみ

* 詳しくは「もぐもぐだより」にてお知らせします。

(おしらせとおねがい)

- ☆すみれ・ひまわり・さくらぐみさんはお箸を持たせて下さい。
- ☆27日は愛情おにぎり day です。おにぎり・おやつ・水筒の準備をお願いします。
- *クッキングは○印です。
- *カミカミメニューは☆印です。
- *毎日ごはんまたは、おにぎりが付きます。
- *たんぽぽぐみは10時に、牛乳とおやつがあります。
- *都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。