




日	月	火	水	木	金	土
			1日 ごはん モロヘイヤのすまし汁 肉団子野菜あんからめ 鮭そぼろ 冷凍みかん	2日 ごはん わかめ汁 焼うどん 鶏肉のごまみそ焼 バナナ おかかふりかけ	3日 ごはん じゃがいものみそ汁 鮭のしょうゆ焼 切干大根の焼きそば風 梨	4日 ごはん わかめと麩のみそ汁 炒り豆腐包み焼 キャベツおかか和え ゼリー かおりふりかけ
3時 おやつ	森のめぐみ給食の日は産直から、 かぼちゃ・なす・オクラ ピーマン・梨・つや姫おこし が届きます。		牛乳 チーズスティックパン	ももゼリー	麦茶 コーンわかめおにぎり	フルーツポンチ (バナナ・みかん・もも)
10時 おやつ			牛乳 せんべい	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	麦茶 せんべい
工 蛋 脂 炭 塩			655Kcal 21.6g 18.5g 99.9g 2.6g	485Kcal 17.8g 17.7g 62.1g 3.0g	529Kcal 22.1g 09.0g 86.7g 1.9g	413Kcal 13.5g 07.1g 73.9g 1.8g

日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
昼食	ごはん なすのすまし汁 肉団子ケチャップあん ほうれん草のソテー 冷凍みかん	ごはん チンゲン菜の 中華スープ 野菜の素揚げそぼろ みそ和え おくら納豆 梨	ごはん なめこ汁 かみかみハンバーグ 野菜のさっぱり和え バナナ	ごはん ウインナーの ハヤシシチュー ツナとコーンのサラダ 梨 牛乳	ごはん 小松菜のすまし汁 マーボー豆腐 ひじきサラダ 牛乳プリン	ごはん ほうれん草のみそ汁 鮭の西京焼 野菜ソテー バナナ
3時 おやつ	もものフルーチェ	牛乳 つや姫おこし	麦茶 いなりずしおにぎり	牛乳 米粉のりんごタルト	牛乳 フライドポテト	麦茶 かおりおにぎり
10時 おやつ	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 クッキー	ぶどうジュース	牛乳 せんべい	麦茶 クッキー
工 蛋 脂 炭 塩	494Kcal 18.5g 13.9g 73.5g 2.0g	553Kcal 20.0g 15.8g 81.9g 2.2g	619Kcal 22.4g 20.8g 85.5g 3.0g	655Kcal 18.2g 22.4g 98.1g 3.2g	432Kcal 15.1g 09.4g 71.7g 2.4g	458Kcal 15.5g 08.5g 78.2g 1.4g

日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
昼食	ごはん 具だくさんワンタン汁 紅鮭焼 きんぴらごぼう バナナ	ごはん コーンスープ クリスピーチキン パイン入りフレンチ サラダ いちごゼリー	ちらしずし えのきのすまし汁 ひれかつ・ソース おかか和え 梨	ごはん 豚汁 ベーコン入り玉子焼 すき昆布サラダ 冷凍みかん のりふりかけ	ごはん 小松菜のみそ汁 鮭のしょうゆ焼 春雨サラダ 梨	ごはん 豆腐のみそ汁 コーンシュウマイ フレンチサラダ バナナ ゆかりふりかけ
3時 おやつ	飲むヨーグルト せんべい	シューアイス	牛乳 お誕生会ケーキ	麦茶 ゆかりおにぎり	牛乳 たいやき	麦茶 せんべい クッキー
10時 おやつ	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	りんごジュース	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	麦茶 クッキー
工 蛋 脂 炭 塩	585Kcal 21.2g 20.4g 77.9g 1.5g	577Kcal 19.5g 18.0g 84.6g 2.2g	536Kcal 14.9g 15.8g 80.9g 1.4g	686Kcal 27.1g 23.7g 89.6g 3.2g	604Kcal 22.8g 17.5g 86.7g 1.8g	419Kcal 11.8g 06.6g 77.8g 1.7g

日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
昼食	<p>9月</p> 	わかめごはん お月見スープ うさぎ型ハンバーグ 野菜みそドレッシング お月見りんごゼリー	ごはん やき麩のみそ汁 肉豆腐 いそ風サラダ ヨーグルト ゆかりふりかけ		ごはん もやしのみそ汁 鶏肉のから揚げ ほうれん草ごま和え 冷凍みかん	ごはん わかめスープ 五目煮 のり納豆 バナナ
3時 おやつ		オレンジジュース 米粉のスイートポテト	ヤクルト せんべい		麦茶 ひじきおにぎり	みかんゼリー
10時 おやつ		牛乳 せんべい	牛乳 クッキー		牛乳 せんべい	麦茶 クッキー
工 蛋 脂 炭 塩		607Kcal 23.5g 19.7g 83.6g 2.6g	516Kcal 18.4g 15.2g 76.1g 2.3g		408Kcal 17.4g 11.0g 59.4g 1.8g	429Kcal 14.5g 08.3g 74.4g 1.5g

日	27日	28日	29日	30日	
昼食	ごはん キャベツのみそ汁 鶏肉の漬け焼 ミックスマムル バナナ	ごはん 芋煮 鮭の照り揚げ ほうれん草のり和え 冷凍みかん	ごはん わかめスープ 和風スパゲティー 肉みそ 青りんごゼリー	ごはん さつま芋ときのこの カレー ごまきゅうり 梨 牛乳	<p>【お願い】</p> <p>保育園では、食物アレルギー対応として家庭で食べたことのない食品は、給食で提供しないこととしています。</p> <p>家庭で未経験の食品が給食の献立表にあった場合や、アレルギー等の症状があった場合は、早めに保育園にお知らせください。</p> 
3時 おやつ	牛乳 プチシュークリーム	麦茶 わかめおにぎり	牛乳 ラスク	いちごシャーベット	
10時 おやつ	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 クッキー	
工 蛋 脂 炭 塩	532Kcal 22.3g 20.3g 64.5g 2.3g	591Kcal 24.4g 11.3g 96.4g 2.3g	637Kcal 20.5g 18.9g 95.3g 2.7g	533Kcal 16.7g 13.6g 85.1g 1.9g	

★都合により献立が変更になる事もあります。

工：エネルギー 蛋：蛋白質 脂：脂質 炭：炭水化物 塩：食塩