


令和5年9月 献立予定表

月	火	水	木	金	土
<p>* 今月の平均栄養量 *</p> <p>未満児 以上児</p> <p>エネルギー 467cal 581kcal</p> <p>たんぱく質 20.1g 24.9g</p> <p>脂質エネルギー比 32% 32%</p> <p>塩分 1.9g 2.3g</p> 		<p>お月見メニュー【十五夜】</p> <p>タンメンの具にゆで卵をトッピングして満月に見立て、りんごをうさぎの形にカットしてお月見の雰囲気を味わってもらう予定です。29日は天気に恵まれ美しい秋の月が見られるといいですね。</p> 		<p>1</p> <p>おやかごどん 親子丼</p> <p>しる みそ汁</p> <p>きりぼし だいごん 切干大根のサラダ</p> <p>くだもの 果物</p>	<p>2</p> <p>ゆかりチーズごはん</p> <p>やさい ふたじる 野菜豚汁</p> <p>くだもの かんづめ 果物缶詰</p> <p>ジョア</p>
4	5	6	7	8	9
<p>わかめごはん</p> <p>しる みそ汁</p> <p>ちゅうかふうてん ささみの中華風天ぷら</p> <p>さんしょく 三色ナムル</p> <p>くだもの 果物</p> <p>豆蒸しパン ミルクココア</p>	<p>ハヤシライス</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ブロッコリーと ツナのサラダ</p> <p>チーズ</p> <p>鉄分ヨーグルト 菓子 (ラングドシャ)</p>	<p>みそ やさい 味噌野菜ラーメン</p> <p>ごまポテト</p> <p>くだもの 果物</p> <p>米粉のブラウニー 牛乳</p>	<p>サンドイッチ</p> <p>とうにゅう 豆乳スープ</p> <p>ふう スペイン風オムレツ</p> <p>レタスのマリネ</p> <p>ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚部牛乳</p> <p>鶏そぼろおにぎり 麦茶</p>	<p>ごはん</p> <p>じる どさんこ汁</p> <p>ホキフライ</p> <p>かぼちゃのそぼろあん</p> <p>原宿ドック 牛乳</p>	<p>ふたにく あまからどん 豚肉の甘辛丼</p> <p>しる みそ汁</p> <p>くだもの かんづめ 果物缶詰</p> <p>菓子 (野菜かりんとう) 牛乳</p>
11	12	13	14	15	16
<p>や どん すき焼き丼</p> <p>しる みそ汁</p> <p>そう あ もの ほうれん草の和え物</p> <p>くだもの 果物</p>	<p>ごもく 五目うどん</p> <p>いそべ あ ちくわの磯辺揚げ</p> <p>さけるチーズ</p> <p>かぼちゃホットケーキ 牛乳</p>	<p>バス遠足 (3~5歳児)</p> <p>ごはん</p> <p>しる みそ汁</p> <p>ごまザンギ</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>くだもの 果物</p> <p>ココアトースト 牛乳</p>	<p>あおな 青菜ごはん</p> <p>じる すまし汁</p> <p>みそに サバの味噌煮</p> <p>ごもく 五目きんぴら</p> <p>フルーツサンド 牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>しる みそ汁</p> <p>とうふ 豆腐ハンバーグ</p> <p>そう なつとうあ ほうれん草の納豆和え</p> <p>コーンフレーク 果物 牛乳</p>	<p>ソフトフランスパン</p> <p>チキンミネストローネ</p> <p>チーズ</p> <p>くだもの 果物</p> <p>菓子 (星のパフ) 牛乳</p>
18	19	20	21	22	23
<p>敬老の日</p> 	<p>こんさい 根菜カレーライス</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>かぼちゃサラダ</p> <p>チーズ</p> <p>フルーツヨーグルト ウエハース</p>	<p>ごはん</p> <p>しる みそ汁</p> <p>い レバー入りメンチカツ</p> <p>もやしのナムル</p> <p>ビーナツパタースコーン 牛乳</p>	<p>ロールパン</p> <p>オニオンスープ</p> <p>とりにく 鶏肉のオーロラソース</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚部牛乳</p> <p>そばめし 麦茶</p>	<p>ごはん</p> <p>やまがた いもに 山形芋煮</p> <p>さけ さいきょう や 鮭の西京焼き</p> <p>ちゅうか あ きゅうりの中華和え</p> <p>ホワイトポンチ 菓子 (マリービスケット)</p>	<p>秋分の日</p> 
25	26	27	28	29	30
<p>さんしょく どん 三色丼</p> <p>じる きのこ汁</p> <p>す もの かぶの酢の物</p> <p>くだもの 果物</p> <p>かぼちゃマフィン 牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>じる かきたま汁</p> <p>みそ 味噌チキンカツ</p> <p>そう あ ほうれん草のおかか和え</p> <p>くだもの 果物</p> <p>ヨーグルトケーキ 牛乳</p>	<p>誕生会</p> <p>ベーコンピラフ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>ポークソテー</p> <p>あおな 青菜のナムル</p> <p>プチカップケーキ</p>  <p>マシュマロビスケット 牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>しる かぼちゃみそ汁</p> <p>しおや ホッケの塩焼き</p> <p>ぎゅうにく いた もの 牛肉とごぼうの炒め物</p> <p>オレンジマドレーヌ 牛乳</p>	<p>中秋の名月(十五夜)</p> <p>つきみ お月見メニュー</p> <p>つきみ タンメン (月見のせ)</p> <p>しお あ のり塩から揚げ</p> <p>うさぎりんご</p> <p>菓子 (ミルクポーロ) 牛乳</p>	<p>さけ あおな 鮭と青菜ごはん</p> <p>さんさいとりじる 山菜鶏汁</p> <p>くだもの 果物</p> <p>ジョア</p> <p>菓子 (源氏パイ) 牛乳</p>