

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 麦茶	2 スキムミルク ★	3 オレンジジュース ★	4 麦茶
昼食			チキンカレー、コースロー、ソファールヨーグルト	御飯、みそ汁(玉ねぎ・豆腐)、ほっけの塩焼き、マカロニサラダ	御飯(玄米)、みそ汁(わかめ・しめじ)、ポークケチャップ、ほうれん草のナムル、りんご	ハヤシライス、みかんヨーグルト
午後			いちご蒸しパン、牛乳	フライドポテト、牛乳	おからケーキ、牛乳	クレープ、牛乳
午前	6 牛乳	7 スキムミルク	8 牛乳	9 スキムミルク	10 飲むヨーグルト	11 麦茶
昼食	御飯、みそ汁(さつまいも・厚揚げ)、鶏肉の照り焼き、ひじきと大根の味噌マヨサラダ	ツナそぼろ丼、白菜スープ、もやしとささみの和え物、バナナ	御飯、すまし汁(しめじ・こねぎ)、あじの西京焼き、納豆あえ、オレンジ	御飯、みそ汁(たまねぎ・なす)、メンチカツ、にんじんサラダ	御飯、みそ汁(にら・えのき)、マーボー豆腐、わかめサラダ	パン、豆乳南瓜スープ、ミートボール、りんごゼリー
午後	プリン、ビスコ	秋の爽りケーキ、牛乳	ツナコンドリア、麦茶	フルーチェ	シュガートースト、牛乳	せんべい、野菜ジュース
午前	13 麦茶	14 スキムミルク	15 りんごジュース ★	16 スキムミルク	17 牛乳 ★	18 麦茶
昼食	御飯、みそ汁(わかめ・もやし)、ポークビーンズ、春雨のゴママヨサラダ	御飯、豚汁、鮭の味噌しょうゆ焼き、ひじきの炒め煮、グレープフルーツ	御飯、みそ汁(なめこ・ねぎ)、鶏のから揚げ、韓国風和え物	御飯、みそ汁(こまつな・ぎ)、赤魚の煮付け、ピーマン炒め、キウイフルーツ	御飯、みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ)、五目卵焼き、ほうれん草のなめ茸和え	豚丼、みそ汁(もやし・麩)、バナナ
午後	揚げパン、牛乳	ふかし芋、牛乳	マシュマロサンド、カミカミ昆布(以上児)、牛乳	型抜きチーズ、クッキー、ヤクルト	元気ヨーグルト、カルシウムせんべい	スイートポテト、牛乳
午前	20	21 牛乳 	22 スキムミルク ★★★★★	23	24 牛乳 ★	25 麦茶
昼食		さつまいも御飯、月見汁、鶏肉のコーンフレーク焼き、小松菜とツナのごま和え、柿	野菜たっぷり塩ラーメン、焼きぎょうざ、かぼちゃサラダ		五目うどん、ちくわの磯部揚げ、ピーチヨーグルト	マーボー豆腐丼、わかめスープ、プリン
午後		お月見ゼリー、鉄・カルウエハース	梨、プチケーキ、牛乳		おはぎ、せんべい、麦茶	ミレービスケット、牛乳
午前	27 牛乳	28 スキムミルク	29 麦茶 ★	30 牛乳 ★	 <p>9月21日はお月見メニューです★</p>	
昼食	ブルコギ丼、ブロッコリーのカレーマヨサラダ、ジョア	御飯、みそ汁(大根・揚げ)、白身魚のフライ、白菜のおかかチーズ和え	御飯、きのこのスープ、ハンバーグ、カラフルサラダ	御飯、みそ汁(切干し・小松菜)、豚肉のすき焼き風煮物、サラスパサラダ		
午後	にゅうめん、麦茶	コーンフレーククッキー、牛乳	いちごジャムサンド、牛乳	さけチャーハン、麦茶		

★ 今月のリクエストメニュー ★

★ 星組

さん(20日)ポテト、バナナ、ヨーグルト  
 さん(22日)カレー、フルーツ、ナポリタン  
 さん(26日)うどん、フライドポテト、イチゴ味ヨーグルト

★ 太陽組

さん(2日)ポテト、スイカ、納豆巻き  
 さん(3日)みそラーメン、餃子、りんご  
 さん(15日)ハンバーグ、桃、から揚げ、えびフライ  
 さん(23日)ラーメン、から揚げ、チョコケーキ  
 さん(23日)ラーメン、餃子、チョコケーキ  
 さん(30日)ラーメン、チャーハン、味のり、アイスクリーム、シーチキンおにぎり



今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	451	17.3	13.6	224	1.4
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	546	19.7	16.8	196	1.7
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。