

9月予定献立表

	月	火	水	木	金	土
					1	2
献立	 <p>果物をたくさん食べましょう</p>				焼きいか 豚肉とピーマンの炒め物 味噌けんちん汁 ぶどう	挽肉そぼろ 炒り卵 青菜のお浸し 牛乳 ミントマト
未満児 主食					ごはん	三色ごはん 豆腐の味噌汁
おやつ					豆乳パバロア 煎餅	
	4	5	6	7	8	9
献立	茹卵ミートソースかけ かぼちゃサラダ かにはっとう グレープフルーツ	魚の味噌焼き ビーフンサラダ 肉団子スープ バナナ	さつまいとチーズ の卵焼き ひじきのごま和え 凍豆腐の味噌汁 ミニトマト	酢豚 中華サラダ しめじの味噌汁 キウイフルーツ	豚肉の野菜巻き 大徳寺和え 野菜ミルクスープ オレンジ	手作り弁当 牛乳 
未満児 主食	ごはん	ごはん	しらすごはん	ごはん	ごはん	
おやつ	ずんだ団子 牛乳	南瓜まんじゅう 牛乳	ホットドッグ 牛乳	フルーツゼリー 煎餅	タルト 牛乳	
	11	12	13	14	15	16
献立	パインとハムのステーキ ひじきサラダ 豚汁 キウイフルーツ	さんまの塩焼き コーンサラダ 五目うどん バナナ	豚肉の柳川もどき ジャーマンポテト わかめスープ オレンジ	お誕生会 五目ふかし 鶏から揚げ ブロッコリー なめこ汁 ぶどう	ピーマンギョーザ 大根サラダ じゃが芋と青菜の味噌汁 ミニトマト	五目なっとう さつまいも甘煮 牛乳 バナナ
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごまごはん	五目ふかし	ごはん	ごはん 卵スープ
おやつ	ココアゼリー 煎餅	石垣もち 牛乳	チーズヨーグルトパン 牛乳	シュークリーム 牛乳	ピザトースト 牛乳	
	18	19	20	21	22	23
献立	敬老の日 	がんもの含め煮 シーフードサラダ すいとん汁 ぶどう	肉豆腐 ツナサラダ 若筍スープ グレープフルーツ	いが蒸し カレー風味サラダ 南瓜の味噌汁 ミニトマト	筑前煮 小松菜のごま和え しめたま汁 オレンジ	秋分の日 
未満児 主食		ごはん	卵ごはん	ごはん	ごはん	
おやつ		さつまい入りおもち 牛乳	きな粉蒸しパン 牛乳	カルピスゼリー 煎餅	かぼちゃスコーン 牛乳	
	25	26	27	28	29	30
献立	豆腐のドライカレー ブロッコリーと 若布のお浸し お芋の団子汁 オレンジ	チーズオムレツ ポパイサラダ ささみスープ グレープフルーツ	総練習 おにぎり弁当 牛乳	親子煮 青菜としめじのお浸し もやしの味噌汁 ぶどう	トンカツ りんごサラダ きのこスープ ミニトマト	運動会 
未満児 主食	ごはん	しめじごはん	おにぎり弁当	ごはん	ごはん	
おやつ	フレンチトースト 牛乳	磯辺もち 牛乳	ヨーグルト 煎餅	ボンデリング 牛乳	ジョア 煎餅	

十五夜と十三夜

旧暦の8月15日は十五夜（中秋の名月）、9月13日は十三夜でお月見をする日です。収穫を祈り、感謝する意味で、米粉でできた団子をお供えします。



以上児は家庭から持参するご飯栄養量は含まれていません。

栄養給与目標（以上児）

- エネルギー・・・418kcal
- たんぱく質・・・18.1g
- 脂質・・・・・・15.6g

栄養給与目標（未満児）

- エネルギー・・・360kcal
- たんぱく質・・・15.2g
- 脂質・・・・・・15.5g



