





9月 献立表



	月	火	水	木	金	土
朝のおやつ	 <p>今年は猛暑続き。まだまだ暑い日が続きます。 夏の疲れが出てくるこの時期は、まず体を休ませることが大事です。 早寝早起き朝ごはんを心がけて、元気いっぱい遊べるような 体づくりをしましょう♪</p> 					1
昼食						おにぎり 味噌けんちん汁
3時のおやつ						クリームパン ミルク
朝のおやつ	3 豆乳ウエハース ごはん 冬瓜の味噌汁 鶏手羽元のさっぱり煮 スタミナサラダ 黄桃	4 はちャ棒 ごはん じゃが芋の味噌汁 さんまの蒲焼 野菜炒め ぶどう	5 たまごぼーろ ごはん マッシュルームスープ ポークビーンズ マッシュポテト スティックきゅうり	6 鉄入りビスケット マージンごはん キャベツの味噌汁 鶏肉ごまバター焼 ミニゼリー ほうれん草の白和え	7 ハーベストセサミ ごはん 冬瓜のすり流し 白身魚のくわ茶天ぷら パナナ パパイヤイリチー	8 焼きそば コンソメスープ
3時のおやつ	蒸しパン オレンジ ミルク	フロランタン 梨 ミルク	イーシュー天ぷら くわ茶	ストーンクッキー ミルク	まがりせんべい 豆乳 りんご	おにぎり 味付け小魚
朝のおやつ	10 ブルーン ハヤシライス 小松菜のソテー シークァーサーゼリー	11 丸ぼうろ ごはん 大根の味噌汁 さばの味噌煮 黄桃 ほうれん草のお浸し	12 カルシウムせんべい ごはん かぼちゃの味噌汁 じゃが芋きんぴら ミニトマト 鶏肉のマーマレード焼	13 ミレービスケット お弁当会	14 Feウエハース ごはん イナムドゥチ 人参チャンプルー ミニゼリー 春雨の和え物	15 豚たま丼 わかめスープ
3時のおやつ	芋ケーキ ミルク	マドレーヌ ぶどう ミルク	ゴマフレーク パナナ ミルク	ちんすこう オレンジ ミルク	タンナファクルー キウイ ミルク	13時までの保育
朝のおやつ	17	18 ひじきステック ミートソーススパゲティ 白菜のスープ バナナ	19 ソフトせんべい マージンごはん 豆腐の味噌汁 さばの竜田揚げ パイン缶 キャベツのソテー	20 野菜スティック ごはん 大根の味噌汁 ハンバーグ オレンジ ピーマンの細切り炒め	21 飲むヨーグルト お子様ランチ ミネストローネ エビフライ ごぼうサラダ メロン	22 ツナ卵サンド チキンクリームスープ
3時のおやつ	敬老の日	おにぎり くしさし	チーズマフィン ミルク	十五夜デザート 梨 ミルク	生クリームケーキ ミルク	おにぎり スティックきゅうり
朝のおやつ	24	25 ビスコ ベジタブルカレー もずく和え ぶどうジュース	26 クラッカー ごはん 豆腐の味噌汁 鮭のグラタン風 みかん缶 かぼちゃサラダ	27 マリービスケット 麦ごはん 麩の味噌汁 豚しゃぶのケチャップ煮 切り干し大根サラダ 黄桃	28 ミニゼリー ごはん トマトと卵のスープ ふんわりナゲット ひじきサラダ ゆでブロッコリー	29 マーボー丼 アーサ汁
3時のおやつ	振替休日	バナナケーキ りんご ミルク	トライアングル 牛乳	みかんゼリー カルシウムせんべい ミルク	マクビティビスケット キウイ ミルク	きな粉クリームパン ミルク