

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			1, 2歳児 おやつ	補食
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3, 4, 5歳児 おやつ	
01 火 曜	ごはん みそ汁 松かさ鶏 マカロニケチャップ炒め 	青菜のツナレモン醤油和え 米、小麦粉、三温糖、マカロニ、バター、油、片栗粉、油	牛乳、鶏肉、豆腐、卵、みそ、ツナ	ほうれん草、パイナップル、玉ねぎ、わかめ、レモン汁、青のり	パインケーキ 牛乳 パインケーキ 牛乳	ジャムサンド
02 水 曜	冷やし中華 たまごスープ 生揚げの含め煮 ブロッコリーのごま和え 	中華めん、米、三温糖、ごま油、ごま、片栗粉	牛乳、生揚げ、ハム、卵、しらす	レタス、巨峰、ブロッコリー、きゅうり、ねぎ、とうもろこし	じゃこおにぎり 牛乳 果物 じゃこおにぎり 牛乳 果物	マーガリンサンド
03 木 曜	牛乳パン トマトスープ ハンバーグ 青菜サラダ かぼちゃのグラッセ	牛乳パン、三温糖、パン粉、バター、油、ビスケット、ゼリー	豚肉、アイスクリーム、卵、ベーコン、牛乳	かぼちゃ、玉ねぎ、小松菜、にんじん、トマト、キャベツ	ゼリー ビスケット 麦茶 アイスクリーム 麦茶	炊き込みご飯
04 金 曜	雑穀ごはん みそ汁 さわらのしょうが焼き きんぴらごぼう 胡瓜と竹輪の甘酢和え	米、小麦粉、米、バター、三温糖、コーンフレーク、油、ごま	牛乳、さわら、みそ、卵、油揚げ、竹輪、さわら	きゅうり、キャベツ、ごぼう、巨峰、にんじん、干しぶどう、わかめ	ロックビスケット 牛乳 果物 ロックビスケット 牛乳 果物	ジャムサンド
05 土 曜	ポークカレーライス 大根とコーンのスープ キャベツとツナの和え物	米、食パン、じゃがいも、マーガリン、油、三温糖、バター	牛乳、豚肉、ツナ	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、大根、いちごジャム、とうもろこし	なかよしサンド 牛乳 なかよしサンド 牛乳	焼きおにぎり
07 月 曜	キャロブパン ワンタンスープ 魚のムニエル 人参とえのきの和え物 もやし炒め 	キャロブパン、米、油、小麦粉、ワンタンの皮、ごま油、バター、三温糖、ごま	牛乳、鮭、豚肉、豚肉、鮭	もやし、にんじん、えのき茸、ねぎ、チンゲン菜、ピーマン、玉ねぎ、しめじ、椎茸	五目チャーハン 牛乳 五目チャーハン 牛乳	マーガリンサンド
08 火 曜	なす・トマトスパゲティ チンゲン菜スープ フレンチサラダ ポイルウインナー 	スパゲティ、食パン、じゃがいも、油、バター、三温糖	牛乳、ウインナー、ベーコン、豚肉、チーズ	トマト、玉ねぎ、なす、チンゲン菜、レタス、キャベツ、みかん、きゅうり、とうもろこし、にんじん、大根	スラッピージョー 牛乳 スープ スラッピージョー 牛乳	炊き込みご飯
09 水 曜	ごはん みそ汁 菊花蒸し 春雨サラダ ほうれん草のおかか和え	米、小麦粉、三温糖、春雨、片栗粉、バター、ごま油	牛乳、豚肉、卵、みそ、油揚げ、かつお節	ほうれん草、とうもろこし、なす、巨峰、にんじん、ねぎ、もやし、玉ねぎ、きゅうり、オレンジジュース	にんじんケーキ 牛乳 果物 にんじんケーキ 牛乳 果物	ジャムサンド
10 木 曜	バターボール キャベツともやしのスープ 鶏肉のカレー焼き 胡瓜とひじきの中華サラダ にんじんチーズ和え	バターボール、春巻の皮、春雨、油、マヨネーズ、三温糖、ごま油	牛乳、鶏肉、ツナ、チーズ	にんじん、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、もやし、グリーンアスパラ、とうもろこし、ひじき	ツナ揚げ 牛乳 スープ ツナ揚げ 牛乳	炊き込みご飯
11 金 曜	豚肉と野菜のあんかけ丼 みそ汁 三色ごま和え かぼちゃのミルク煮 	ロールケーキ、米、三温糖、バター、片栗粉、ごま油、ごま、油、小麦粉	豚肉、豆腐、牛乳、みそ、ホイップクリーム	かぼちゃ、キャベツ、ねぎ、にんじん、玉ねぎ、小松菜、しめじ、わかめ、りんご	誕生日おやつ 紅茶 誕生日おやつ 紅茶	マーガリンサンド
12 土 曜	牛乳パン キャベツスープ チリコンカン風煮物 ポイルブロッコリー	牛乳パン、米、じゃがいも、バター	牛乳、大豆、豚肉	キャベツ、玉ねぎ、ブロッコリー、グリーンピース	菜飯おにぎり 牛乳 菜飯おにぎり 牛乳	焼きおにぎり
14 月 曜	レーズンボール ズッキーニスープ 鶏肉のパン粉焼き 和風サラダ にんじんのグラッセ 	レーズンボール、パン粉、三温糖、バター、油	牛乳、鶏肉、ツナ、卵、生クリーム	かぼちゃ、ズッキーニ、キャベツ、にんじん、巨峰、玉ねぎ、とうもろこし、きゅうり、わかめ	スイートパンプキン 牛乳 果物 スイートパンプキン 牛乳 果物	炊き込みご飯
15 火 曜	ちゃんぽん風うどん 切り干し大根のサラダ キャンディチーズ 	うどん、米、三温糖、油、ごま	牛乳、豚肉、チーズ、ハム、竹輪、みそ	にんじん、キャベツ、玉ねぎ、きゅうり、たけのこ、切干大根、椎茸	五平もち 牛乳 五平もち 牛乳	ジャムサンド
16 水 曜	ごはん みそ汁 豆腐とツナのナゲット キャベツソテー さつま芋の昆布煮	米、さつまいも、小麦粉、三温糖、バター、片栗粉、油、ごま、マヨネーズ	牛乳、豆腐、卵、ツナ、みそ、油揚げ	キャベツ、にんじん、バナナ、さやいんげん、わかめ、昆布	バナナマフィン 牛乳 バナナマフィン 牛乳	マーガリンサンド
17 木 曜	きなこサンド コンソメスープ チキンピカタ ミックススロー ブロッコリーのおかか和え	食パン、小麦粉、マーガリン、三温糖、油、小町麩、食パン	牛乳、鶏肉、ソーセージ、卵、チーズ、きな粉、かつお節	梨、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、大根、かぶ 葉付き	フランクフルト 牛乳 果物 スープ フランクフルト 牛乳 果物	炊き込みご飯

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			1,2歳児 おやつ	補食	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3,4,5歳児 おやつ		
18 (金)	ごはん みそ汁 いわしの磯つまれ揚げ 人参のケチャップ炒め	かぼちゃの甘煮 	米、ビスケット、片栗粉、油、三温糖、油	いわし、カルピス、豚肉、みそ、はんぺん、卵	かぼちゃ、にんじん、大根、みかん、ごぼう、わかめ、万能ねぎ、寒天、のり、ひじき	カルピスみかん 麦茶 ビスケット カルピスみかん 麦茶 ビスケット	ジャムサンド
19 (土)	ポークカレーライス 大根とコーンのスープ キャベツとツナの和え物		米、食パン、じゃがいも、マーガリン、油、三温糖、バター	牛乳、豚肉、ツナ	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、大根、いちごジャム、とうもろこし	なかよしサンド 牛乳 なかよしサンド 牛乳	焼きおにぎり
23 (水)	ごはん みそ汁 煮魚 さつま芋のレモン煮	キャベツのナムル	米、スパゲティ、さつまいも、三温糖、バター、ごま油、ごま油	牛乳、かじき、ツナ、みそ、油揚げ、かじき	キャベツ、ズッキーニ、玉ねぎ、しめじ、えのき草、にんじん、レモン汁	きのこスパゲティ 牛乳 きのこスパゲティ 牛乳	マーガリンサンド
24 (木)	ごはん みそ汁 松風焼き 千草和え	かぼちゃのベーコン煮	米、ロールパン、三温糖、ごま、小町麩	牛乳、豆腐、鶏肉、チーズ、みそ、油揚げ、ベーコン、高野豆腐	梨、かぼちゃ、ほうれん草、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、青のり、ブロッコリー	チーズドック 牛乳 果物 スープ チーズドック 牛乳 果物	炊き込みご飯
25 (金)	味噌うどん がんもの煮付け ブロッコリーのナムル風		うどん、米、三温糖、油、ごま油	牛乳、がんもどき、豚肉、みそ、チーズ、しらす	ブロッコリー、大根、にんじん、しいたけ	わかめチーズおにぎり 牛乳 わかめチーズおにぎり 牛乳	ジャムサンド
26 (土)	牛乳パン キャベツスープ チリコンカン風煮物 ポイルブロッコリー		牛乳パン、米、じゃがいも、バター	牛乳、大豆、豚肉	キャベツ、玉ねぎ、ブロッコリー、グリーンピース	菜飯おにぎり 牛乳 菜飯おにぎり 牛乳	焼きおにぎり
28 (月)	かきたまうどん ごぼうサラダ 塩もみキャベツ		うどん、上新粉、片栗粉、マヨネーズ、油、三温糖、ごま、ごま油	牛乳、卵、豚肉、鶏肉、ベーコン、おから	キャベツ、ごぼう、ねぎ、ほうれん草、きゅうり、にんじん	肉まん 牛乳 肉まん 牛乳	 炊き込みご飯
29 (火)	ごはん みそ汁 豚肉のマヨネーズ焼き 山吹和え	切り昆布の煮付け	米、小麦粉、三温糖、バター、マヨネーズ、油	牛乳、豚肉、豆腐、卵、みそ、竹輪	ほうれん草、巨峰、万能ねぎ、みかん、にんじん、昆布	みかんケーキ 牛乳 果物 みかんケーキ 牛乳 果物	ジャムサンド
30 (水)	ジャムサンド 豆腐のカレースープ ミートローフ さつま芋のオレンジ煮	コールスローサラダ	食パン、さつまいも、白玉粉、上新粉、マヨネーズ、バター、小麦粉、三温糖、パン粉、油、米、食パン	牛乳、豚肉、ゆであずき、豆腐、卵	玉ねぎ、キャベツ、ほうれん草、しめじ、オレンジジュース、とうもろこし、いちごジャム、きゅうり、かぼちゃ	わかめおにぎり 牛乳 お月見団子 牛乳	マーガリンサンド

献立の平均栄養価 以上児 エネルギー559Kcal 蛋白質 21.0g 脂質 19.1g 鉄分 2mg
未満児 エネルギー 493Kcal 蛋白質 19.3g 脂質 18.2g 鉄分 2mg

☆つくし、さくらぐみは9時に牛乳がでます。

☆仕入れの都合上、献立を変更する場合があります。🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

☆補食には牛乳が付きます。

☆11日はお誕生日おやつです

🔍 間違いを探せ！

この絵には食器や料理の並べ方で間違っているところがあります。いくつか間違っているのか答えて、正しい並べ方をかいてみましょう。















**9月9日は
重陽の節句**

桃の節句(3月3日)や端午の節句(5月5日)のように、五節句の一つで古くは中国から伝わったものです。この日に菊の花を浮かべたお酒(菊酒)を飲み、長寿を祝います。