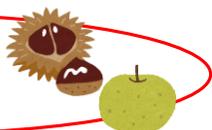


9月の目標
秋の味覚を楽しもう



※1～5歳児には午前おやつとして小魚が提供されます。
※日々安心・安全な食品を納品していますが納品状況により献立変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつでのカロリーです。
乳児は8割で計算しています。
※1日の幼児の昼食とおやつでのカロリーは549kcalです。

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
屋食	牛丼 青梗菜ともやしの海苔和え きのこたっぷりすまし汁 オレンジ	ご飯 甘辛鶏つくね 里芋の旨煮 茄子と油揚げの味噌汁 りんご	コーンライス 鮭の黄金焼き レモンドレッシングサラダ オニオンスープ 梨	高野豆腐の三食丼 和風マカロニサラダ さつま芋の味噌汁 オレンジ	ご飯 彩り野菜の酢鶏 小松菜と人参のナムル わかめスープ ヨーグルト	野菜たっぷりちゃんぽん麺 レバーの香味煮 青梗菜ともやしの海苔和え バナナ	豚肉と野菜のどんぶり 小松菜ともやしの海苔和え じゃが芋と玉葱の味噌汁 オレンジ
3時	チーズおほかおにぎり 麦茶	スイートポテト 牛乳	油揚げとひじきの炊き込みご飯 麦茶	手作り梨のジャムサンド 牛乳	おほかおのだし茶漬け 小魚 麦茶	葱塩チャーハン 麦茶	メロンパン風トースト 牛乳
	エネルギー 496 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 8.9 g 炭質量計 76.8 g 炭差引法 86.9 g 有機酸 0.3 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 14.0 g 炭質量計 70.6 g 炭差引法 79.4 g 有機酸 0.9 g	エネルギー 419 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 8.8 g 炭質量計 64.3 g 炭差引法 71.3 g 有機酸 0.1 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 16.0 g 炭質量計 78.5 g 炭差引法 84.5 g 有機酸 0.3 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 12.6 g 炭質量計 74.5 g 炭差引法 79.1 g 有機酸 0.6 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 11.9 g 炭質量計 79.3 g 炭差引法 88.5 g 有機酸 0.6 g	エネルギー 562 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 19.2 g 炭質量計 76.6 g 炭差引法 82.4 g 有機酸 0.3 g
	8	9	10	11	12	13	14
屋食	ご飯 鶏肉とさつま芋の甘辛炒め 胡瓜のゆかり和え 小松菜と油揚げの味噌汁 バナナ	ロールパン チキンピカタ さつま芋のコロコロサラダ コンスープ ヨーグルト	ご飯 鯖の柚庵焼き 豆腐と若布の和風サラダ けんちん汁 フルーツゼリー	ナン キーマカレー カラフルビュッセル ジュリエンスープ 梨	胚芽ご飯 豚肉と野菜のみそ炒め 白菜の煮びたし 冬瓜と豆腐の味噌汁 りんご	ご飯 かぼちゃコロッケ いんげんの黒胡麻和え 生姜入りすまし汁 梨	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と大根の塩昆布和え 豆腐と若布の味噌汁 ヨーグルト
3時	塩昆布としらすのおにぎり 麦茶	ツナと昆布の炊き込みご飯 麦茶	もっちり野菜マフィン 牛乳	マカロニきなこ ラッシー	人参とチーズのおやき 小魚 牛乳	あんぱん ヨーグルトドリンク	お麩ラスク 牛乳
	エネルギー 503 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 9.2 g 炭質量計 80.9 g 炭差引法 87.6 g 有機酸 0.5 g	エネルギー 576 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 20.7 g 炭質量計 64.1 g 炭差引法 73.3 g 有機酸 1.0 g	エネルギー 551 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 19.0 g 炭質量計 60.2 g 炭差引法 68.1 g 有機酸 0.5 g	エネルギー 641 kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 17.7 g 炭質量計 91.4 g 炭差引法 100.0 g 有機酸 0.9 g	エネルギー 608 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 18.4 g 炭質量計 82.2 g 炭差引法 89.7 g 有機酸 0.8 g	エネルギー 556 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 13.2 g 炭質量計 84.8 g 炭差引法 93.1 g 有機酸 1.6 g	エネルギー 473 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 15.9 g 炭質量計 58.4 g 炭差引法 65.2 g 有機酸 0.9 g
	15	16	17	18	19	20	21
屋食	牛丼 青梗菜ともやしの海苔和え きのこたっぷりすまし汁 オレンジ	ご飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草の胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁 フルーツゼリー	栗おこわ お月見つくね 里芋の旨煮 茄子と油揚げの味噌汁 うさぎりんご	高野豆腐の三食丼 和風マカロニサラダ さつま芋の味噌汁 オレンジ	ご飯 彩り野菜の酢鶏 小松菜と人参のナムル わかめスープ ヨーグルト	野菜たっぷりちゃんぽん麺 レバーの香味煮 青梗菜ともやしの海苔和え バナナ	豚肉と野菜のどんぶり 小松菜ともやしの海苔和え じゃが芋と玉葱の味噌汁 オレンジ
3時	チーズおほかおにぎり 麦茶	蒸しパン 牛乳	スイートポテト 牛乳	手作り梨のジャムサンド 牛乳	おほかおのだし茶漬け 小魚 麦茶	葱塩チャーハン 麦茶	メロンパン風トースト 牛乳
	エネルギー 496 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 8.9 g 炭質量計 76.8 g 炭差引法 86.9 g 有機酸 0.3 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 18.4 g 炭質量計 82.2 g 炭差引法 88.7 g 有機酸 1.2 g	エネルギー 508 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 14.1 g 炭質量計 70.2 g 炭差引法 79.2 g 有機酸 0.9 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 16.0 g 炭質量計 78.5 g 炭差引法 84.5 g 有機酸 0.3 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 12.6 g 炭質量計 74.5 g 炭差引法 79.1 g 有機酸 0.6 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 11.9 g 炭質量計 79.3 g 炭差引法 88.5 g 有機酸 0.6 g	エネルギー 562 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 19.2 g 炭質量計 76.6 g 炭差引法 82.4 g 有機酸 0.3 g
	22	23	24	25	26	27	28
屋食	ご飯 鶏肉とさつま芋の甘辛炒め 胡瓜のゆかり和え 小松菜と油揚げの味噌汁 バナナ	ご飯 豚の生姜炒め 胡瓜と若布の酢の物 玉葱と椎茸の味噌汁 ヨーグルト	ご飯 鯖の柚庵焼き 豆腐と若布の和風サラダ けんちん汁 フルーツゼリー	えびたっぷりカレーライス りんご入りフレンチサラダ ジュリエンスープ 梨	胚芽ご飯 豚肉と野菜のみそ炒め 白菜の煮びたし 冬瓜と豆腐の味噌汁 りんご	サフランライス タンドリーチキン キャベツとお豆のスープ フルーツ2種盛り	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と大根の塩昆布和え 豆腐と若布の味噌汁 ヨーグルト
3時	塩昆布としらすのおにぎり 麦茶	青菜おにぎり 麦茶	もっちり野菜マフィン 牛乳	おはぎ 麦茶	人参とチーズのおやき 小魚 牛乳	桃のバナナコッタ 紅茶	お麩ラスク 牛乳
	エネルギー 487 kcal 蛋白質 15.1 g 脂質 8.7 g 炭質量計 80.9 g 炭差引法 86.7 g 有機酸 0.5 g	エネルギー 452 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 9.2 g 炭質量計 69.3 g 炭差引法 74.6 g 有機酸 0.7 g	エネルギー 551 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 19.0 g 炭質量計 60.2 g 炭差引法 68.1 g 有機酸 0.5 g	エネルギー 572 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 11.0 g 炭質量計 93.8 g 炭差引法 98.6 g 有機酸 0.5 g	エネルギー 608 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 18.4 g 炭質量計 82.2 g 炭差引法 89.7 g 有機酸 0.8 g	エネルギー 414 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 13.3 g 炭質量計 55.1 g 炭差引法 59.8 g 有機酸 0.4 g	エネルギー 473 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 15.9 g 炭質量計 58.4 g 炭差引法 65.2 g 有機酸 0.9 g
	29	30					
屋食	ご飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草の胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁 フルーツゼリー	ロールパン チキンピカタ さつま芋のコロコロサラダ コンスープ ヨーグルト					
3時	蒸しパン 牛乳	ツナと昆布の炊き込みご飯 麦茶					
	エネルギー 599 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 18.4 g 炭質量計 82.2 g 炭差引法 88.7 g 有機酸 1.2 g	エネルギー 576 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 20.7 g 炭質量計 64.1 g 炭差引法 73.3 g 有機酸 1.0 g					