



献立表

幼児クラス

R7・9月

日曜	昼食		3 時	
	主食	副食	のみもの	おやつ
1 月	わかめごはん	れんこん蒲焼・キャベツサラダ・焼にんじん・具だくさん汁	麦茶	鮭おにぎり
2 火	雑穀ごはん	ドライカレー(レバー)・きゅうりの和え物・コンソメスープ	麦茶	大豆ナゲット
3 水	麦ごはん	鶏肉の甘酒みそソース焼き・ポテトサラダ・冬瓜スープ	牛乳	バナナ
4 木	もちきびごはん	赤魚のたまねぎ麹焼き・じゃがいもチーズ・トマト・みそ汁	麦茶	ねったぼ
5 金	七分づきごはん	豚肉の付け焼き・キャベツサラダ・豆腐のみそ汁	麦茶	とりめし
6 土		米粉のおやつ・牛乳		
8 月	わかめごはん	スパニッシュオムレツ・納豆オクラ・みそ汁	麦茶	せんべい
9 火	雑穀ごはん	カレー肉じゃが・ピーマンじゃこ和え・豆腐のみそ汁	麦茶	チキンナゲット
10 水	麦ごはん	鶏肉の照り焼き・かぼちゃサラダ・たまねぎスープ	麦茶	小魚おにぎり
11 木	もちきびごはん	豆腐ハンバーグ・焼きナス・ピーまん中華和え・みそ汁	牛乳	きな粉のぼーぼー
12 金	七分づきごはん	ハヤシライス・枝豆のサラダ・汁物	牛乳	お好み焼き
13 土		米粉のおやつ・牛乳		
15 月	● 敬老の日 ●			
16 火	雑穀ごはん	鶏肉香味焼き・切干大根の和え物・呉汁	麦茶	枝豆昆布おにぎり
17 水	もち麦ごはん	誕生食(から揚げ・ポテトサラダ・スープ・果物)	麦茶	お月見団ご
18 木	もちきびごはん	魚の南蛮漬け・たまねぎマリネ・トマト・豆腐のみそ汁	牛乳	コンコンブル
19 金	七分づきごはん	レバーのトマト煮込み・こぶき芋・ごま和え・スープ	麦茶	おかかおにぎり
20 土	運動会			
22 月	白ごはん	親子汁・和え物・高野豆腐の含め煮	牛乳	蒸しばん
23 火	● 秋分の日 ●			
24 水	雑穀ごはん	豚汁・納豆ともやしの和えもの・いりこ佃煮	牛乳	おからナゲット
25 木	麦ごはん	魚のオランダ焼き・レタスサラダ・豆腐とわかめのみそ汁	麦茶	おはぎ
26 金	七分づきごはん	ひじきと大豆の炒り煮・焼きたちうお・なすのみそ汁	牛乳	すいーとぽてと
27 土		米粉のおやつ・牛乳		
29 月	白ごはん	麻婆豆腐・ポテトサラダ・トマト	麦茶	せんべい
30 火	雑穀ごはん	さばのおろし焼・里芋のにっころがし・しいたけ汁	牛乳	納豆焼き

今月の行事食

9月17日(火) 『中秋の名月』 おやつはお月見だんごです😊

9月25日(水) 『秋のお彼岸』 おやつはおはぎです😊