



行事	未満児午前間の食	主菜	献立	午後の間食	
1(金)	お茶 ビスケット	ごはん	とうがん煮 ちくわの磯辺揚げ トマトときゅうりの梅かつお和え	牛乳 牛乳もち*(以上児) せんべい(未満児)	
2(土)			サンドイッチ 牛乳 ヨーグルト		
3(日)					
4(月)	お茶 せんべい	カレー ライス	ポークカレー ドレッシングサラダ 梨	牛乳 バナナケーキ*	
5(火)	お茶 チーズ	ごはん	魚の南蛮漬け ポテトサラダ すまし汁(豆腐・麩・三つ葉)	ミルクココア クラッカー	
6(水)	お茶 ポーロ	ごはん	マーボー豆腐 蒸しシューマイ ほうれん草のナムル	牛乳 ビスケット	
7(木)	お茶 ウエハース	ごはん	豚すき煮 ごま酢和え バナナ	ジョア せんべい	
8(金)	お茶 オレンジ	ゆかり ごはん	鶏の唐揚げ きりぼしサラダ 豚汁	牛乳 じゃこマヨトースト*	
9(土)			サンドイッチ 牛乳 ヨーグルト		
10(日)					
11(月)	お茶 ウエハース	ごはん	豚肉の生姜焼き ちりじゃこサラダ 味噌汁(かぼちゃ)	ヨーグルト和え*	
12(火)	お茶 ポーロ	ごはん	豆腐ハンバーグ わかめときゅうりの酢の物 味噌汁(しめじ・もやし)	牛乳 バームクーヘン	
13(水)	お茶 バナナ	ごはん	魚の立田揚げ オクラの納豆和え けんちん汁	牛乳 せんべい	
14(木)	お茶 せんべい	カレー ピラフ	カレーピラフ 甘辛肉団子 春雨サラダ コーンかきたまスープ	カルピス クラッカー	
15(金)	お茶 せんべい	食パン	チキンクリームシチュー ひじきサラダ アニマルチーズ	牛乳 チーズ饅頭*	
16(土)			サンドイッチ 牛乳 ヨーグルト		
17(日)					
18(月)	敬老の日				
19(火)		ヨーグルト	ごはん	ホイコーロー バンサンスー バナナ	牛乳 ビスケット
20(水)	お茶 チーズ	ごはん	さつまいもコロケ ツナサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐)	牛乳 せんべい	
21(木)	お茶 せんべい	パスタ	クリームパスタ ブロッコリーとカリフラワーのサラダ キャベツのスープ	お茶 焼きおにぎり*	
22(金)	お茶 ポーロ	ごま ごはん	フィッシュ&チップス トマトときゅうりのピクルス 野菜スープ	牛乳 クラッカー	
23(土)	秋分の日 運動会(3~5歳児)9時~12時				
24(日)					
25(月)	お茶 ポーロ	わかめ ごはん	チキンカツ マカロニサラダ コロコロスープ	牛乳 せんべい	
26(火)	お茶 バナナ	ごはん	ひじき入り肉じゃが 揚げ大豆の小魚がらめ(以上児) しらすの卵焼き(未満児) きゅうりの南蛮	牛乳 マカロニきなこ*	
27(水)	お茶 ウエハース	ごはん	ワンタン入りスープ パンプキンサラダ 梨	りんごジュース クラッカー	
28(木)	お茶 ビスケット	ごはん	豚肉と大豆の磯煮 トマトのごま酢かけ アニマルチーズ	ヨーグルト 味付小魚(以上児)	
29(金)	お茶 せんべい	ごはん	鶏肉のごまがらめ 和風サラダ 味噌汁(小松菜・油揚げ)	お月見ゼリー ビスケット	
30(土)			サンドイッチ 牛乳 ヨーグルト		

* 手作りおやつ

この色の日は、スプーンを園で用意します。



以上児栄養目標量	エネルギー431kcal	たんぱく質13.3~23.9	脂質12.4~19.0	食塩1.6未満
今月の以上児平均栄養目標量	エネルギー372kcal	たんぱく質16.8	脂質17.1	食塩1.5
未満児栄養目標量	エネルギー513kcal	たんぱく質16.8~25.9	脂質11.5~17.3	食塩1.5未満
今月の未満児平均栄養目標量	エネルギー442kcal	たんぱく質16.9	脂質14.5	食塩1.4

