

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
未 満 児		1 麦入りごはん	2 雑穀入りごはん	3 麦入りごはん	4 麦入りごはん	5
昼 食		鶏のカレー風味唐揚げ、切り干し大根と人参の炒め煮、豆腐みそ汁(わかめ)、バナナ	高野豆腐のオランダ煮、三色ナムル、かぼちゃクリームシチュー、オレンジ	ピーマンの肉詰め焼き、マカロニポテトサラダ、豆腐みそ汁(小松菜)、すいか	竹輪とナスの青海苔揚げ、野菜とベーコンのトマト煮、みそ汁(大根)、オレンジ	野菜たっぷりカレー焼きそば、くだもの、ヨーグルト
午 後		スキムミルク、ふかし芋	鮭わかめおにぎり、型抜きチーズ、ハトムギ茶	牛乳、おせんべい	ココアミルク、マシュマロサンド	牛乳、塩せんべい
未 満 児	7 麦入りごはん	8 麦入りごはん	9 雑穀入りごはん	10 麦入りごはん	11 麦入りごはん	12
昼 食	厚焼き卵(ねぎ)、五目肉じゃが、豆腐みそ汁(ほうれん草)、オレンジ	赤魚とコンニャクの煮付け、カボチャとかんぴょうのサラダ、みそ汁(大根)、オレンジ	豆腐ステーキ、根菜の鶏そぼろ煮、かき玉スープ、ヨーグルト	豚の生姜焼き、かぼちゃ甘煮、豆腐みそ汁(油揚げ)、りんご	サンマのパン粉焼き、すき昆布とさつま芋のお煮つけ、みそ汁(キャベツ)、バナナ	五目野菜うどん、くだもの、ヨーグルト
午 後	牛乳、海苔じゃこトースト	ミロミルク、甘酒蒸しパン	ケチャップスバゲティー、ハトムギ茶	牛乳、南部せんべい(ゴマ)	スキムミルク、ポパイホットケーキ	牛乳、ビスケット
未 満 児	14 麦入りごはん	15 麦入りごはん	16 おたんじょう会 	17 雑穀入りごはん	18 麦入りごはん	19
昼 食	かに玉風卵焼き、じゃが芋とツナの胡麻ドレッシング、納豆(なめたけ)、みそ汁(玉ねぎ)、オレンジ	ぶりの照り煮、乾物野菜とブロッコリーの白和え、みそ汁(じゃが芋)、オレンジ	大豆キーマカレー、エビフライ、カラフルおかか和え、中華風なめこスープ、雑穀入りごはん、ぶどうゼリー	鮭の甘塩焼き、キャベツと油揚げのさっと煮、豆腐みそ汁(わかめ)、パイナップル	カツオの竜田揚げ(ポテト付き)、ひじきとキノコの炒め煮、みそ汁(小松菜)、オレンジ	
午 後	牛乳、ブルーベリージャムサンド	スキムミルク、ごまのクッキー	ショア、おせんべい	牛乳、スティックパン 職員会議	スキムミルク、人参カップケーキ	(※保育の方は給食があります)
未 満 児	21	22	23 雑穀入りごはん	24 雑穀入りごはん	25 麦入りごはん	26
昼 食	敬老の日 	秋分の日 	麻婆とうふ、サラスバサラダ、ごぼうのスティック煮、ふわふわ卵スープ、りんご	鶏のから揚げ・ねぎソース、小松菜の煮浸し、みそ汁(大根)、梨	さんまの生姜煮、ほうれん草のクリーム和え、豆腐みそ汁(わかめ)、オレンジ 送り彼岸	野菜たっぷり肉うどん、くだもの、ヨーグルト
午 後			牛乳、パウムクーヘン 給食検討会議	牛乳、ころころパンキン	きな粉おはぎ、ハトムギ茶	牛乳、クラッカー
未 満 児	28 麦入りごはん	29 麦入りごはん	30 雑穀入りごはん	<div style="border: 2px dashed blue; padding: 10px;"> <p>◇9月の目標 「適切な塩分でおいしく食べましょう」 </p> <p>健康のために大切な減塩。給食では「だし汁」のうま味を活用したり、調理法や食材の組み合わせを工夫して減塩に努めます。薄味でもおいしく食べることができる「味覚」を育てましょう。</p> </div>		
昼 食	厚焼き卵、人参とインゲンのシリシリ、納豆(なめたけ)、みそ汁(キャベツ)、りんご	サバの味噌煮、もやしときゅうりの中華和え、ワンタンスープ、オレンジ	カレー、ほんざんすず、ウインナー、豆腐みそ汁(油揚げ)、りんご ※調理体験 カレー作り (以上児:持参米飯 不要)			
午 後	牛乳、きりせんしょ	ミロミルク、ゴマとヨーグルトのスコーン 保育士会議	スキムミルク、二色サンド			