

# 9月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
		1		2		3		4		5		6	
		玄米ご飯 ポークソテー BBQソース フレンチサラダ 玉子スープ グレープフルーツ 392kcal (3-5歳) 294kcal (1-2歳)		玄米ご飯 マスのパン粉焼き 春雨サラダ 豆腐のみそ汁 ヨーグルト 434kcal (3-5歳) 326kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパゲッティミートソース 大根ツナサラダ 白菜スープ バナナ 409kcal (3-5歳) 307kcal (1-2歳)		玄米ご飯 鶏ささみのオランダ揚げ きゅうりと竹輪の中華和え さつま芋のみそ汁 りんご 369kcal (3-5歳) 277kcal (1-2歳)		玄米ご飯 さんまの甘露煮 野菜炒め なすのみそ汁 403kcal (3-5歳) 302kcal (1-2歳)			
7		8	十五夜献立	9		10		11		12		13	
		玄米ご飯 お月見カレーライス キャベツのナムル うさぎちゃんりんご 410kcal (3-5歳) 308kcal (1-2歳)		玄米ご飯 麻婆豆腐 白菜のカニカマ和え 中華風コンスープ 394kcal (3-5歳) 296kcal (1-2歳)		玄米ご飯 アジのチーズムニエル 春雨ソテー かぼちゃのみそ汁 バナナ 390kcal (3-5歳) 293kcal (1-2歳)		玄米ご飯 チキンのきのこバター醤油 ひじきのサラダ 豆腐のみそ汁 389kcal (3-5歳) 292kcal (1-2歳)		玄米ご飯 かき玉そうめん 高野豆腐の唐揚げ りんご 386kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)			
14		15		16		17		18	イベント献立	19		20	
		玄米ご飯 ポークソテー BBQソース フレンチサラダ 玉子スープ グレープフルーツ 392kcal (3-5歳) 294kcal (1-2歳)		玄米ご飯 マスのパン粉焼き 春雨サラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ 421kcal (3-5歳) 316kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパゲッティミートソース 大根ツナサラダ 白菜スープ りんご 406kcal (3-5歳) 305kcal (1-2歳)		玄米ご飯 あひるちゃんライス 鶏ささみのオランダ揚げ さつま芋のみそ汁 バナナ 387kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)		玄米ご飯 さんまの甘露煮 野菜炒め なすのみそ汁 403kcal (3-5歳) 302kcal (1-2歳)			
21		22		23		24		25		26	縁日献立	27	
		玄米ご飯 カレーライス キャベツのナムル りんご 389kcal (3-5歳) 292kcal (1-2歳)		玄米ご飯 麻婆豆腐 白菜のカニカマ和え 中華風コンスープ 394kcal (3-5歳) 296kcal (1-2歳)		玄米ご飯 アジのチーズムニエル 春雨ソテー かぼちゃのみそ汁 バナナ 390kcal (3-5歳) 293kcal (1-2歳)		玄米ご飯 チキンのきのこバター醤油 ひじきのサラダ 豆腐のみそ汁 389kcal (3-5歳) 292kcal (1-2歳)		玄米ご飯 かき玉そうめん 高野豆腐の唐揚げ りんご 386kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)			
28		29		30									
		玄米ご飯 ポークソテー BBQソース フレンチサラダ 玉子スープ グレープフルーツ 392kcal (3-5歳) 294kcal (1-2歳)		玄米ご飯 マスのパン粉焼き 春雨サラダ 豆腐のみそ汁 ヨーグルト 434kcal (3-5歳) 326kcal (1-2歳)									

★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。