9月の献立

Sun	ıday	Monday		Tuesday		Wednesday		Thu	rsday	Friday		S <u>at</u>	urday
				1		2		3	イベント献立	4		5	
				玄米ご飯	•	玄米ご飯	•	玄米ご飯(あひる	。 ちゃんライス)	玄米ご飯	•		
				白糸タラのパン粉焼き		高野豆腐のふわふわ煮		鶏ささみのオランダ揚げ		黄金のカレイの	甘辛煮		
		(A)		いろどりサラダ	いろどりサラダ		かぼちゃのサラダ		さつま芋のみそ汁				
				豆腐のみそ汁		玉ねぎのみそ汁		りんご		豆腐のみそ汁			
				ヨーグルト		バナナ							
				411kcal	₹)	425kcal)	391kcal	()	343kcal (3-5崩	轰)		
				308kcal 〔1−2歳	₹)	319kcal (1−2歳)	293kcal	()	257kcal (1-2崩	笈)		
6		7		8		9		10		11		12	
		玄米ご飯(秋色ピ	(ラフ)	玄米ご飯		玄米ご飯		玄米ご飯		玄米ご飯(カレー	ーライス)		
		クリームシチュー		麻婆豆腐		スケソウダラの和	1風焼き	かき玉そうめん		カラフルサラダ			
		コーンサラダ		白菜の磯和え		ビーフンの野菜炸	少め	高野豆腐の唐揚	け	りんご			
				春雨スープ		かぼちゃのみそ	汁	キウイフルーツ					
						ヨーグルト							
		442kcal (3-5歳))	366kcal	ŧ)	411kcal (3−5歳)	366kcal	()	418kcal (3-5崩	轰)		
		332kcal 〔1−2歳〕)	275kcal 〔1−2歳	₹)	308kcal 〔1−2歳)	275kcal 〔1−2歳	()	314kcal 〔1−2崩	轰)		
13		14		15		16		17		18		19	
		玄米ご飯		玄米ご飯		玄米ご飯	1	玄米ご飯(あひる	。 ちゃんライス)	玄米ご飯			
		照り焼きチキン		白糸タラのパン	粉焼き	高野豆腐のふわ	ふわ煮	鶏ささみのオラン	/ダ揚げ	黄金のカレイの	甘辛煮		
		大豆と昆布のいり	J 煮	いろどりサラダ		かぼちゃのサラク	ダ	さつま芋のみそ	' +	野菜炒め			
		玉ねぎのみそ汁		豆腐のみそ汁		玉ねぎのみそ汁		りんご		豆腐のみそ汁			
				ヨーグルト		バナナ							
		406kcal (3-5歳))	411kcal (3-5蔚	₹)	425kcal (3-5歳)	391kcal (3-5歳	()	343kcal (3-5崩	轰)		
		305kcal 〔1−2歳〕)	308kcal 〔1−2歳	₹)	319kcal (1−2歳)	293kcal 〔1−2歳	()	257kcal (1-2崩	5)		
20		21		22		23		24		25		26	
<u> </u>			•		•		•	玄米ご飯	•	玄米ご飯(カレ-	ーライス)		•
								かき玉そうめん		カラフルサラダ			
								高野豆腐の唐揚	計	りんご			
								キウイフルーツ					
								366kcal	()	438kcal (3-5歳	50000000000000000000000000000000000000		
								275kcal 〔1−2歳	()	329kcal (1-2崩	支)		
27		28		29		30							
<u> </u>		玄米ご飯		玄米ご飯		玄米ご飯							
		照り焼きチキン		白糸タラのパン	粉焼き	高野豆腐のふわ	ふわ煮						
		大豆と昆布のいり	J煮	いろどりサラダ		かぼちゃのサラク	ダ						
		玉ねぎのみそ汁		豆腐のみそ汁		玉ねぎのみそ汁							
				ヨーグルト		バナナ							
		406kcal (3-5歳)		411kcal (3−5歳)		425kcal (3−5歳)							
		305kcal 〔1−2歳〕)	308kcal 〔1−2歳	ŧ)	319kcal (1−2歳	•						
						★食材の	関係で、	予告なくメニ	ニューが変	わることな	があります		
<u> </u>						/\ [1] \\	12-41 ILIV - 1	. – 5. 1.	_ ~ ~			•	