

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|--|--|--|
| 2 キャベツの味噌炒め ささみの和え物 キウイ 牛乳 チヂミ | 3 鮭の漬け焼き ポイルコーン 冬瓜の そぼろあんかけ パイン缶 牛乳 せんべい | 4 かにかまの卵とし 切干大根の煮物 ブルー 牛乳 ビスケット | 5 く お誕生会 (白ごはんなし) じゃこごはん ローストチキン ブロッコリーサラダ わかめスープ 黄桃缶 麦茶 プラマンジェ | 6 豆腐の和風煮 ツナポテト みかん缶 牛乳 クッキー | 7 ハンバーグ いろどりサラダ 一口ゼリー 牛乳 せんべい |
| 9 鶏肉の甘酢炒め ひじきの煮物 ブルー 牛乳 ココア パンケーキ | 10 さばの塩焼き スティック煮 大豆サラダ キウイ 牛乳 クッキー | 11 グラタン チンゲン菜のソテー みかん缶 牛乳 せんべい | 12 ハヤシライス 水菜のサラダ バナナ 牛乳 ビスケット | 13 く お月見集会 つくね焼き 煮卵 春雨の和え物 味噌汁 パイン缶 麦茶 みたらし団子 (わらびもち) | 14 ポークチャップ スパゲティソテー 一口ゼリー 牛乳 クッキー |
| 16 敬老の日  | 17 豚の生姜焼き 野菜炒め 黄桃缶 牛乳 ビスケット | 18 しゅうまい パンパンジーサラダ 中華スープ みかん缶 麦茶 りんごゼリー | 19 メカジキの竜田揚げ ミニトマト お浸し パイン缶 牛乳 せんべい | 20 五目ちゃんぽん 昆布の煮物 ブルー 牛乳 クッキー | 21 肉団子の和風煮 三色和え 一口ゼリー 牛乳 ビスケット |
| 23 秋分の日  | 24 鶏肉のトマト煮 もやしの炒め物 キウイ 牛乳 せんべい | 25 白身魚の煮付け 磯辺和え 黄桃缶 麦茶 フルーツヨーグルト | 26 開花煮 里芋の煮物 すまし汁 ブルー 牛乳 クッキー | 27 チャンプル ナムル バナナ カルピス ビスケット | 28 チキンカレー 和風サラダ 一口ゼリー 牛乳 せんべい |
| 30 さばの味噌煮 きんぴら風 キウイ 麦茶 焼きそば | ちゅうりっぷ、もも、たんぼぼ組の保護者の方へ 9月13日(金)のみたらし団子に白玉粉を使用しているため、わらびもちを提供します。 | | 夏野菜、秋野菜両方楽しめる 今月の献立には… これから旬を終える『冬瓜』 これから旬を迎える『里芋』 を使用します。 冬瓜には利尿作用があり 里芋にはコレステロール を下げる作用があります。 | | お月見  陰暦9月の十五夜の月を中秋の名月として鑑賞することは中国ではじまり、日本で定着しました。 農民の間では、農耕行事、つまり収穫の感謝祭となりました。 「穂かけ祭り」「芋名月」とも呼ばれ、里芋やだんごなどを供えます。 |

芽ばえ社 園児わくわく行事食 参照

ちゅうりっぷ・もも・たんぼぼ組
午前のおやつ

| | 日付 |
|------------------|----|
| 完全給食 (白ごはんなし) | 5 |
| お弁当持参日 | なし |

| | | |
|---|----|-------|
| 月 | 牛乳 | せんべい |
| 火 | 牛乳 | ビスケット |
| 水 | 牛乳 | クッキー |
| 木 | 牛乳 | せんべい |
| 金 | 牛乳 | ビスケット |
| 土 | 牛乳 | クッキー |

主食は「白ごはん」になります。

平均栄養価

| | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 塩分 |
|-----|----------------------|------------------|------------------|----------------|
| 未満児 | 522kcal (500kcal) | 20.1g (20.0g) | 15.1g (14.9g) | 1.5g (1.7g) |
| 以上児 | 419kcal (375kcal) | 21.7g (20.0g) | 17.2g (17.0g) | 2.1g (2.3g) |

()内は目標値

・ちゅうりっぷ、もも、たんぼぼ組…給食(主食を含む)、午前・午後のおやつ

・すみれ、ひまわり、ゆり組…給食(主菜・副菜のみ)、午後のおやつ