

R6年9月予定献立表

勢理客こども園のおやつは
手作りで提供しています。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7
昼食	ごはん 沖縄風味噌汁 豚肉のしょうが焼き モーウイのサラダ	ごはん 味噌汁(キャベツ) 揚げ魚のアーサソース 麩チャンブルー	ごはん(マージン) 味噌汁(じゃがいも) 鶏肉の照り焼き ほうれん草の白和え	三色ごはん 味噌汁(わかめ) いんげんごまマヨ和え	ごはん(黒米) 味噌汁(白菜) ポークピカタ コールスローサラダ	豚汁 おにぎり
3時のおやつ	サータアンダギー オレンジ ミルク	ごぼう りんご ミルク	黒糖くずもち パイナップル ミルク	レバー りんご ミルク	小魚 バナナ ミルク	おにぎり 麦茶
	9	10	11	12	13	14
昼食	ポークカレー 切干大根のサラダ(和風) わかめスープ	ごはん 味噌汁(豆腐) 鮭のグラタン風 ごぼうサラダ	ごはん 味噌汁(えのき) ふんわりナゲット かぼちゃとさつま芋のサラダ	お子様ランチ ミネストローネ 鶏のから揚げ ブロッコリーのサラダ	ごはん(黒米) 冬瓜のすり流し 白身魚南蛮漬け 昆布いりちー	お弁当の日
3時のおやつ	きびなご オレンジ 麦茶	もずくのヒラヤーチー りんご ミルク	酵母パン キウイ ミルク	誕生ケーキ すいか	スティックきゅうり バナナ ミルク	おにぎり 麦茶
	16	17	18	19	20	21
昼食	きんろうかんしゃひ 勤労感謝の日	ごはん 味噌汁(大根) ハンバーグ ごぼうと厚揚げの炒め煮	ごはん 味噌汁(へちま) サバの塩焼き いんげんの胡麻和え	ごはん 味噌汁(豆腐) 鶏肉くわ茶焼き 人参いりちー	お弁当会	マーボー丼 じゃが芋の味噌汁
3時のおやつ		月見団子 オレンジ ミルク	焼芋 りんご ミルク	ゆで卵 パイナップル ミルク	ちんびん 柿 ミルク	おにぎり 麦茶
	23	24	25	26	27	28
昼食	ふりかえきゅうじつ 振替休日 しゅうぶんひ (秋分の日)	秋野菜カレー キャベツの和え物 わかめスープ	ごはん 味噌汁(ほうれん草) 鶏手羽元のさっぱり煮 白菜の和え物	ごはん イナムドゥチ 豆腐チャンブルー 春雨の和え物	ごはん(黒米) 味噌汁(なす) さんまの蒲焼 きゅうりともやし和え物	ブルコギ丼 味噌汁(豆腐)
3時のおやつ		バナナケーキ 梨 ミルク	酵母パン パイナップル ミルク	コーンのかき揚げ オレンジ 麦茶	焼じゃがいも キウイ ミルク	おにぎり 麦茶
	30	<p>食べ物は3つのグループに分ける事ができます。</p> <p>赤・黄・緑に分けてバランス良い食事を。</p>				
昼食	なすのミートソースパグティ パンバンジーサラダ 野菜スープ					
3時のおやつ	おにぎり りんご 麦茶					

あか
からだをつくるもと

きいろ
エネルギーのもと

みどり
からだの調子を整える