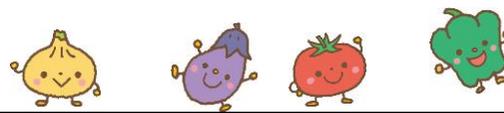


9月のこんだて



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー	
1	日					
2	月	菓子	松風焼き・かぼちゃ天ぷら・わかめ汁・果物	じゃこトースト・牛乳(100)	427	
3	火	果物	菜ごもり卵・春雨サラダ・みそ汁	お麩ラスク・牛乳(100)	429	
4	水	牛乳	ミートボール・小松菜のきつね和え・やさいスープ	カルピスポンチ・ビスケット	411	
5	木	菓子	かつおの照焼き・さつま芋サラダ・みそ汁	バナナきな粉・牛乳(100)	457	
6	金	果物	じゃがいものチンジャオロース・ブロッコリーの和え物・中華風コンスープ	菓子・牛乳(200)	441	
7	土	菓子	ナポリタン・果物・ヨーグルト	希望保育のみおやつ持参		
8	日					
9	月	果物	鶏肉の香味焼き・レタス入りサラダ・みそ汁	おさつポテト・牛乳(100)	447	
10	火	菓子	豆腐の揚げだんご・刻みこんにゃくの煮物・かきたま汁・果物	カリカリぎょうざピザ・牛乳(100)	421	
11	水	ミニジョア	ちくわのマヨネーズ焼き・芽ひじきともやしのソテー・みそ汁・果物	チャーハン・牛乳(100)	459	
12	木	菓子	ポークカレー・豆とやさいのスープ・フルーツヨーグルト	ツナパン・牛乳(100)	446	
13	金	果物	ふわふわ親子煮・青菜とレンコンのごま和え・おくずかけ	菓子・ジョア	436	
14	土	〈お弁当の日〉				
15	日					
16	月	敬老の日				
17	火	〈運動会総練習・お弁当の日〉				
18	水	果物	ピザ風卵焼き・スパゲティサラダ・みそけんちん汁・果物	おくれてごめんね十五夜ゼリー・牛乳(100)	429	
19	木	菓子	〈ほかほかごはんの日〉 白身魚のパン粉焼き・豆腐サラダ・夕顔のカレー汁	ヨーグルトケーキ・牛乳(100)	413	
20	金	牛乳	カリカリしゅうまい・五目煮・チンゲン菜スープ・果物	菓子・ジョア	446	
21	土	〈運動会〉				
22	日	秋分の日				
23	月	振替休日				
24	火	菓子	中華風卵焼き・春雨の酢の物・中華スープ	おやつパン・牛乳(100)	433	
25	水	菓子	〈誕生会〉		アイスクリーム	
26	木	果物	鶏肉のりんごソース焼き・ごぼうサラダ・みそ汁・果物	みたらし団子・牛乳(100)	448	
27	金	やさいジュース	マーボーなす・おからサラダ・やさいスープ	菓子・牛乳(200)	451	
28	土	〈お弁当の日〉				
29	日					
30	月	菓子	〈さんまの日〉 さんまのジンジャーマリネ・かぼちゃのおかか煮・白菜ときのこのスープ	ジャムサンド・牛乳(100)	428	



9月の予定

- 14日(土) お弁当の日
- 17日(火) // • 運動会総練習
- 28日(土) //

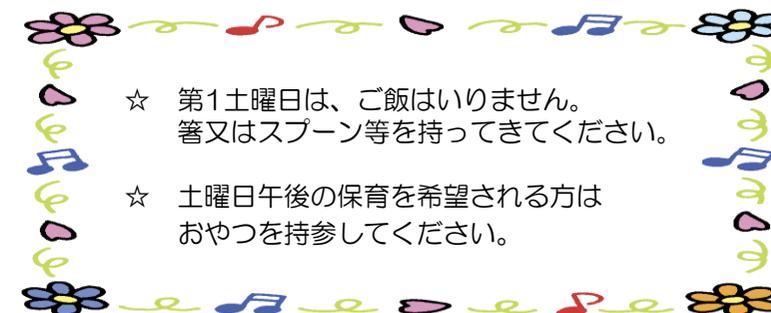
お弁当、水筒(水または麦茶)、1回分のおやつを忘れに持ってきてください。

19日(木) ほかほかごはんの日

年長児がお米を研いでご飯を炊きます。炊き上がったご飯を食べるので、すみれ組とさくら組は、空のお弁当箱を持ってきてください。たんぼ組とちゅうりっぷ組は、保育園の食器を使います。

25日(水) お誕生会

お楽しみ給食なのでご飯はいりません。箸又はスプーン等を持ってきてください。



- ☆ 第1土曜日は、ご飯はいりません。箸又はスプーン等を持ってきてください。
- ☆ 土曜日午後の保育を希望される方はおやつを持参してください。

8月の栄養摂取量

区分	エネルギー		たんぱく質		脂質		塩分	
	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児
8月分	562	418	22	19	19	20	1.5	1.6

※午前のおやつは3歳未満児のみです。 ※※エネルギー(kcal)は3歳以上児の数値です

都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。