令和7年度 9月



			1,1,5,0				_			· · · ·					
	げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび		とようび				
	月		火		水		木		金		土				
午前おやつ	1 ヨーグルト		2 おかし		3 くだもの		4 おかし		5 ヨーグルト		6 おかし				
	ちくわのマヨネー	ズやき	まつかぜやき		ミートボー	ル	かつま	うのてりや	き	ちゅう	うかふうたま	ごやき	ひやし	そうめん	
昼 食	めひじきともやしの	ンソテー	かぼちゃとピーマンの	てんぷら	こまつなの	きつねあえ	さつまん	ハもサラダ・	くだもの	はるさ	めのすのもの・	くだもの	くだも	5 0	
	はるさめスープ		わかめじる・ト	マト	サンラータンス・	-プ・くだもの	とうふる	とこまつなのる	みそしる	ゆうた	がおとオクラの	カスープ	ヨーク	ブルト	
午後	ツナパン	456	カルピスポンチ	426	じゃこトー	スト 469	バナフ	ナきなこ	419	おか	U	456	肴	望保育のみ	ነ
おやつ	ぎゅうにゅう(100)	kcal		kcal	ぎゅうにゅう(1	100) kcal	ぎゅうに	こゅう(100)	kcal	ぎゅう	にゅう(100)	kcal		おやつ持参	
午前おやつ	8 スティック	パン	9 くだもの		10 ヨーグ	ルト	11 đ	うかし		12	ジョア		13		
	とりにくのこうみやき		すごもりたまご		とうふのあげだんご		ポークカレー		じゃがいものチンジャオロース						
昼 食	レタスのごまサ ⁻	ラダ	マカロニサラダ		きざみこんぶのにもの		まめとやさいのスープ		ブロッコリーのあえもの		 《 おべんとうの日 》		٦ ,		
	つみれじる		モロヘイヤスープ・くだもの		かきたまじる		フルーツヨーグルト		ちゅうかふうコーンスープ・くだもの		\\\\ 03^\\UC\J\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		<i>"</i>		
午後	カルピスゼリー	412	しらすおにぎり	468	ぎょうざピ [.]	ザ 423	おふう	ラスク	453	おか	U	435			
おやつ	カルシウムせんべい	kcal	ぎゅうにゅう(100)	kool	ぎゅうにゅう(1	100) kcal	カルヒ	<i>^</i> ¬	kcal	ぎゅう	にゅう(100)	kcal			
00 (-		nual	C 100/	KCai	C W J C W J (Kcal	JJ/VC	-^	NGai	0.,,	71007	Noai			
	15	rual	16	KCai	17 くだも		18 t		NCai	_	ジョア ≪ほかほかご		20		
		KUAI		KCai		<u>.</u> の	18 đ			19		はんの日》	20		
		rtear			17 くだもの	の まごやき	18 đ	うかし カリしゅう		19 さか	ジョア ≪ほかほかご	はんの日〉	20 (運動会	»
午前おやつ	15	rtear	16	DB]	17 くだもの	の まごやき サラダ	18 ま カリカ 五目煮	おかし コリしゅう: 煮	まい	19 さか とうi	ジョア《ほかほかご	はんの日》 やき だもの		運動会)	»
午前おやつ	15 けいろうの		16	DB]	17 くだも ピザふうた スパゲティ	の まごやき サラダ ・くだもの	18 オ カリカ 五目素 ちんに	おかし コリしゅう: 煮	まい	19 さか とうi	^{ジョア≪ほかほかご なのパンこ ふサラダ・く がおのカレ}	はんの日》 やき だもの		運動会	») •
午前おやつ 昼 食	15		16	DB]	17 くだもの ピザふうたう スパゲティー かしわじる	の まごやき サラダ ・くだもの 441	18 ま カリカ 五目素 ちんに みたら	おかし カリしゅう 煮 げんさいの? らしだんご	まい スープ 448	19 さか とうに ゆう:	^{ジョア≪ほかほかご なのパンこ ふサラダ・く がおのカレ}	だは んの日) かき だもの ーじる 422		• 🔾	»
午前おやつ 昼 食 午後 おやつ	15 けいろうの		16	DB]	17 くだもの ピザふうたこ スパゲティー かしわじる フルーチェ	の まごやき サラダ ・くだもの 441 kcal	18 オ カリカ 五目素 ちんに みたら ぎゅうに	おかし カリしゅう 煮 げんさいの? らしだんご	まい スープ 448	19 さか とうが ゆうご おか ぎゅう	^{ジョア≪ほかほかさ なのパンこ ふサラダ・く がおのカレ し}	でき だもの 一じる 422 kcal		• 🔾	»
午前おやつ 昼 食 午後 おやつ 午前おやつ	15		16 おべんとうの	DB]	17 くだもの ピザふうたう スパゲティー かしわじる フルーチェ	の まごやき サラダ ・くだもの 441 kcal	18 オ カリカ 五目素 ちんに みたら ぎゅうは	おかし カリしゅう ばんさいの らしだんご _{こゅう(100)} くだもの	まい スープ 448 kcal	19 さか とうが ゆう おか ぎゅう	ジョア ≪ほかほか ご なのパンこ ふサラダ・く がおのカレ し にゅう(100)	でき だもの 一じる 422 kcal	«	• 🔾	»
午前おやつ 昼 食 午後 おやつ 午前おやつ	15 「けいろうの」 (けいろうの) (けいろうの) () ***********************************	B]	16	DB]	17 くだも ピザふうた: スパゲティー かしわじる フルーチェ ビスケット 24 おかし	の まごやき サラダ ・くだもの 441 kcal	18 オ カリガ 五目素 ちんけ みたら ぎゅうに 25 く	おかし カリしゅう ばんさいの らしだんご _{こゅう(100)} くだもの	まい スープ 448 kcal	19 さか とうに ゆう: おか ぎゅう 26	ジョア ≪ほかほか で なのパンこ ふサラダ・く がおのカレ し にゅう(100) ヨーグルト ボーなす	でき だもの 一じる 422 kcal	27		
午前おやつ 昼 食 午後 おやつ 午前おやつ	15	日 】 にこまあえ	16 【 おべんとうの 23		17 くだもの とりにくのりん	の まごやき サラダ ・くだもの 441 kcal	18 まカリカ 五目素 ちんに みたら ぎゅうは 25 く さかな さつまい	おかし カリしゅう ばんさいの らしだんご こゅう(100) くだもの もとブロッコリー	まい スープ 448 kcal	19 さか とうは ゆう おか ぎゅう 26 マー	ジョア ≪ほかほか で なのパンこ ふサラダ・く がおのカレ し にゅう(100) ヨーグルト ボーなす	はkのB) やき だもの ーじる 422 kcal	27	• 🔾	
午前おやつ 昼食 午後 おやつ 午前おやつ 昼食	15	日 】 にこまあえ	16 【 おべんとうの 23		17 くだもの とりにくのりん ごぼうサラ	の まごやき サラダ ・くだもの 441 kcal	18 まカリカ 五目素 ちんに みたら ぎゅうに 25 く さかな さつまいも みそけん	おかし カリしゅう ばんさいの らしだんご こゅう(100) くだもの もとブロッコリー	まい スープ 448 kcal スかけ -のソテー くだもの	19 さか とうは ゆう おか ぎゅう 26 マー	©3P ≪ほかほか でなのパンこ ふサラダ・く がおのカレ し にゅう(100) ヨーグルト ボーなす らサラダ	はkのB) やき だもの ーじる 422 kcal	27		
午前おやつ 昼食 午後 おやつ 午前おやつ 昼食	15	日 】 に ごまあえ だもの	16 【 おべんとうの 23		17 くだもの とりにくのりん こぼうサラ: たまごスー	のまごやき サラダ ・くだもの 441 kcal ルごソースやき ダ プ ぎ 436	18 まカリカ 五目素 ちんに みたら ぎゅうに 25 く さかな さつまいも みそけん	おかし カリしゅう がんさいの らしだんご こゅう(100) くだもの なのネギソー もとブロッコリー んちんじる・	まい スープ 448 kcal スかけ -のソテー くだもの 454	19 さか とうだ めう まか 26 マー おか やさい おか	©3P ≪ほかほか でなのパンこ ふサラダ・く がおのカレ し にゅう(100) ヨーグルト ボーなす らサラダ	はkのB) やき だもの ーじる 422 kcal	27		
午前おやつ昼食午後おやつ昼食午後おやつ	15	日 】 にこまあえだもの 470	16 【 おべんとうの 23		17 くだもの とりにくのりん ごぼうサラ きなこおは ぎゅうにゅう(1	のまごやき サラダ ・くだもの 441 kcal ルごソースやき ダ プ	18 まカリカ 五目素 ちんに みたら ぎゅうは 25 く さかな かそけん アイフ	おかし カリしゅう ばんさいの らしだんご こゅう(100) くだもの かつネギソー もとブロッコリー かちんじる・ペ	まい スープ 448 kcal スかけ -のソテー くだもの 454 kcal	19 さか とうだ めう 26 マー おか もさい おか きゅう	©ョア ≪ほかほか ご なのパンこ ふサラダ・く がおのカレ し らにゅう(100) ヨーグルト ボーなす らサラダ ハスープ・く し らにゅう(100)	だもの +22 kcal	27		

- ★ 午前おやつは1.2歳児のみとなります。
- ▶ 果物は、バナナ、オレンジ、キウイ、なし、メロンを予定しています。
- □の中の数字は、3歳以上児のエネルギー量です。





今月の予定

13日(土) お弁当の日

16日(火) *II* • 運動会総練習

27日(土) 11

お弁当、水筒(水または麦茶)、1回分の おやつを忘れずに持ってきてください。

19日(金) ほかほかごはんの日

さくら組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、 さくら組、すみれ組、たんぽぽ組の3歳児は、 空のお弁当箱をもってきてください。 たんぽぽ組の1.2歳児は保育園の食器を 使います。

- 🄹 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。
- ✿ 午後の保育を希望されている 方はおやつを持参してください。



	未満児	以上児
エネルギー	571 kcal	461 kcal
たんぱく質	21.0 g	20.8 g
脂質	20.0 g	22.0 g
塩 分	1.6 g	1.7 g

437 ぶどうゼリー

kcal せんべい

きのこスープ・くだもの

425

kcal

| キャベツのごまずあえ | かぼちゃのおかかに

昼 食

午後

おやつ

みそしる

あげパン

ぎゅうにゅう(100)

都合により献立が変更になる場合がありますが、ご了承ください。