



日付	午前 おやつ (乳児)	昼食			午後 おやつ	材料と体内での働き		
		主食 (乳児)	汁もの デザート	副食		黄 熱や力のもとになる	赤 血や肉や骨になる	緑 体の調子を整える
1 15 土	牛乳 あまから せんべい	ごはん	フルーツ ヨーグルト	チリコンカーン風 ひじきのサラダ	乳:麦茶 幼:牛乳 スティックケーキ とろろ巻き昆布	米、砂糖、ごま、ごま油 油、スティックケーキ	大豆、豚肉、ハム、牛乳 ヨーグルト	人参、玉ねぎ、にんにく マッシュルーム、ひじき、昆布 もやし、胡瓜、コーン、パイン
3 月	牛乳 しらす せんべい	コッペパン	ゼリー	南瓜のシチュー スパゲティサラダ		コッペパン、油、小麦粉 バター、砂糖、ゼリー	鶏肉、牛乳、ハム	玉ねぎ、人参、南瓜 マッシュルーム、胡瓜 グリーンピース
4 18 火	牛乳 動物園 クッキー	ごはん	えのきとチンゲン 菜のスープ	家常豆腐 もやしとツナの和風サラダ	乳:麦茶 幼:牛乳 しらすトースト	(米)ごま油、砂糖、片栗粉 油、食パン、マヨネーズ	豚肉、厚揚げ、ツナ、牛乳 しらす	人参、椎茸、ピーマン、のり 生薑、にんにく、もやし、のり 胡瓜、えのき、チンゲン菜
5 19 水	牛乳 ソフト せんべい	ごはん	小松菜の お汁	かつおのアーモンドがらめ コールスローサラダ	乳:麦茶 幼:牛乳 カルピスゼリー	(米)片栗粉、小麦粉、油 砂糖、アーモンド	鶏肉、牛乳、カルピス	生薑、キャベツ、胡瓜 人参、コーン、小松菜
6 20 木	牛乳 ウエハース	うどん	ほうとう風 汁	干草焼き 茄子とポテトの炒めサラダ	乳:麦茶 幼:牛乳 おはぎ	(うどん)砂糖、油、米 じゃが芋	卵、鶏肉、豚肉、牛乳 きな粉	椎茸、人参、ほうれん草 茄子、ピーマン、南瓜、大根 ねぎ
7 21 金	牛乳 いわし おかき	ごはん	かぶの スープ	チキンのチーズ焼き ほうれん草のえのき和え	乳:麦茶 幼:牛乳 梨 パームクーヘン	(米)ごま、砂糖、ごま油 パームクーヘン	鶏肉、チーズ、ツナ、牛乳	生薑、ほうれん草、人参 えのき、かぶ、パセリ、梨
8 22 土	牛乳 ぼんせん	ごはん	ヤクルト	煮魚/キャベツの味噌汁 さつま芋の金平	乳:麦茶 幼:牛乳 プリン コーンスナック	米、砂糖、さつま芋、油 ごま、コーンスナック	かれい、豚肉、ヤクルト 牛乳、プリン	生薑、人参、いんげん キャベツ
10 27 月 木	牛乳 ミニハート	ごはん	オレンジ	ドライカレー 海藻サラダ	乳:麦茶 幼:牛乳 ブルーベリー マフィン	(米)油、春雨、ごま油 ごま、小麦粉、バター 砂糖	豚肉、カニカマ、卵、牛乳 スキムミルク、ヨーグルト	トマト、玉ねぎ、人参、生薑、胡瓜 にんにく、レーズン、わかめ キャベツ、オレンジ、ブルーベリー
11 25 火	牛乳 小魚せん	ごはん	キャベツ のスープ	魚のムニエル ブロッコリーのソテー	乳:麦茶 幼:牛乳 月見白玉	(米)小麦粉、バター、油 白玉粉、片栗粉	鮭、ベーコン、牛乳、豆腐	ブロッコリー、カリフラワー 人参、コーン、キャベツ
12 26 水	牛乳 きなこ せんべい	ごはん	大根の 味噌汁	親子煮 青菜と豆腐のサラダ	乳:麦茶 幼:牛乳 プチダン 豆乳クッキー	(米)油、砂糖、ごま油 ごま、クッキー	鶏肉、卵、豆腐、油揚げ 牛乳、プチダン	玉ねぎ、人参、椎茸、胡瓜 小松菜、コーン、大根 わかめ、グリーンピース
13 木	牛乳 ポーロ	☆☆☆お誕生日会☆お楽しみメニュー☆☆☆						
14 28 金	牛乳 どうぶつ ビスケット	ごはん	冬瓜のお 汁	豆腐シュウマイ 切干大根の煮物	乳:麦茶 幼:牛乳 ベイクドポテト	(米)砂糖、焼売の皮 ごま油、じゃが芋、片栗粉 マーガリン	豆腐、豚肉、さつま揚げ 鶏肉、ベーコン、チーズ 牛乳	椎茸、人参、生薑 切干大根、いんげん 冬瓜、おくら、玉ねぎ
15 29 土	牛乳 ばかうけ	中華麺	バナナ	五目タンメン 南瓜サラダ	乳:麦茶 幼:牛乳 ガトーショコラ 味付き小魚	中華麺、油、マヨネーズ 砂糖、ガトーショコラ	豚肉、牛乳、小魚	玉ねぎ、キャベツ、人参 もやし、にら、ねぎ、南瓜 胡瓜、バナナ

今月の平均給与栄養量

	3才未満児 (完全給食)	3才以上児 (主食持参)
エネルギー	493Kcal	448Kcal
タンパク質	19.5g	22.3g
脂質	14.7g	18.0g
塩分	1.6g	1.8g

～旬の食材～

さつま芋・オクラ・いんげん・冬瓜・チンゲン菜・なす・南瓜・
きのこと類・かつお・鮭・さんま・梨・・・など。
旬の味覚が盛り沢山です！

～お知らせ～

- ・3日(月)防災引き取り訓練、13日(木)のお誕生日会と各土曜日には幼児さんも主食を用意しています。
- ・各お屋には麦茶を用意しています。また、随時水分補給を行います。
- ・延長保育のお子様には、ご家庭での夕飯を考慮した軽めのおやつを提供させていただきます。
- ・食材の入荷状況により変更する場合もございますのでご了承ください。

9月1日は防災の日です。
この機会に災害時についてご家族で話し合
われたり、持ち出し袋の中身や非常食の賞
味期限など、確認・見直しをしましょう！

防災グッズの
点検と確認を!

