



9月の献立表

※午前のおやつ・主食は、3歳未満児のみです。 3歳未満児のカロリー
※午後のおやつの牛乳は、3歳以上児はミルクです。3歳以上児のカロリー
※材料の都合で献立を、変更する場合があります。



日付	3歳未満児		昼食			午後のおやつ
	午前おやつ	主食				
1月	牛乳 ボーロ	御飯	肉と野菜の煮物 みかんゼリー	ふりかけ 242 kcal	194 kcal	チヂミ
2火	牛乳 バナナ	御飯	鶏肉のレモン煮 味噌汁	涼拌三絲 286 kcal	228 kcal	牛乳・ミルク あられ
3水	牛乳 あられ	御飯	ミートスパゲッティ バナナ	かき卵汁 334 kcal	265 kcal	牛乳・ミルク サブレ
4木	牛乳 せんべい	御飯	ひじきのいり煮 味噌汁	ウインナーソテー 179 kcal	141 kcal	キャラメルラスク
5金	牛乳 ビスケット	御飯	タンドリーチキン風 ほうれん草とトマトのツナドレッシング	もやしスープ 165 kcal	130 kcal	アイスクリーム
6土	牛乳 ウエハース	御飯	どさんこ汁	128 kcal	101 kcal	
8月	牛乳 クッキー	御飯	カレー バナナ	福神漬 227 kcal	182 kcal	フルーチェ
9火	牛乳 かりんとう	御飯	ささみフライ 味噌汁	ねぎジャコパスタ 212 kcal	168 kcal	牛乳・ミルク ビスケット
10水	牛乳 クラッカー	御飯	チキンライス 梨	卵スープ 375 kcal	254 kcal	牛乳・ミルク クッキー
11木	牛乳 カステラ	御飯	おたのしみ献立			おたのしみおやつ
12金	牛乳 パイ	御飯	肉入り野菜炒め 海苔佃煮	煮豆 205 kcal	162 kcal	牛乳・ミルク クラッカーサンド
13土	牛乳 ボーロ	御飯	五目味噌汁	114 kcal	90 kcal	

日付	3歳未満児		昼食			午後のおやつ
	午前おやつ	主食				
16火	牛乳 あられ	御飯	豆腐の味噌からめ ツナとブロッコリーのサラダ	すまし汁 309 kcal	247 kcal	牛乳・ミルク ボーロ
17水	牛乳 せんべい	御飯	三色御飯 バナナ	味噌汁 440 kcal	308 kcal	牛乳・ミルク パイ
18木	牛乳 ビスケット	御飯	魚のすり身かき揚げ 味噌汁	付合せ 224 kcal	177 kcal	牛乳・ミルク せんべい
19金	牛乳 ウエハース	御飯	鶏肉のあんかけ スパゲティケチャップソテー	わかめスープ 208 kcal	167 kcal	牛乳・ミルク あられ
20土	牛乳 クッキー	御飯	ポークシチュー	87 kcal	109 kcal	
22月	牛乳 かりんとう	御飯	すき焼き風煮 バナナ	ふりかけ 188 kcal	152 kcal	大学芋
24水	ヨーグルト	御飯	ビビンバ スープ	262 kcal	386 kcal	牛乳・ミルク ウエハース
25木	牛乳 クラッカー	御飯	魚の煮つけ 味噌汁	スパゲティサラダ 327 kcal	262 kcal	みかん蒸しケーキ
26金	牛乳 バナナ	御飯	鶏肉とじゃが芋の南蛮煮 すまし汁	138 kcal	172 kcal	プリン
27土	牛乳 カステラ	御飯	カレー	129 kcal	161 kcal	
29月	牛乳 パイ	御飯	豚汁 バナナ	揚げシューマイ 324 kcal	259 kcal	牛乳・ミルク サブレ
30火	牛乳 ボーロ	御飯	鶏肉から揚げ 味噌汁	マカロニサラダ 308 kcal	245 kcal	牛乳・ミルク ビスケット

手作りおやつ 1日(月) 4日(木) 8日(月) 12日(金) 22日(月) 25日(木) 26日(金)