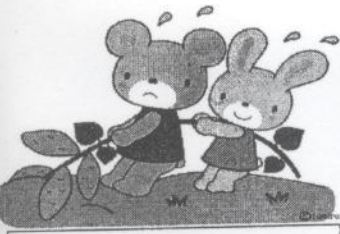


# 9月よていにこんだてひょう



月 火 水 木 金

8月31日

- 夏野菜のカレー
- 麦ご飯・夏野菜カレー
- ヨーグルトサラダ
- ぶどうゼリー
- 牛乳

エネルギー 877kcal

1

- 白ご飯
- ささみのごまフライ
- 野菜炒め
- 若布スープ
- 牛乳

エネルギー 719kcal

2

- 若布ご飯
- 茄子の味噌田楽
- 八宝菜
- ぶどう
- 牛乳

エネルギー 733kcal

3

- 黒糖パン
- イカと野菜のマリネ
- きゅうりのごとごと
- フルーツ白玉
- 牛乳

エネルギー 680kcal

- 白ご飯
- 鯖の味噌煮
- 芋づるの煮物
- にらたま汁
- 牛乳

エネルギー 761kcal

7

- 白ご飯
- 鶏肉の照り焼き
- かつお和え
- 切干大根の煮物
- 牛乳

エネルギー 727kcal

8

- 白ご飯
- 豚肉の香味和え
- 変わり粉ふき芋
- 肉団子のスープ
- 牛乳

エネルギー 686kcal

9

- 白ご飯
- イカのケチャップ和え
- 茄子と小松菜のごま和え
- かぼちゃの味噌汁
- 牛乳

エネルギー 717kcal

10

- 小型パン
- ささみのレモンソース和え
- かぼちゃのサラダ
- 冷やしうどん
- 牛乳

エネルギー 755kcal

- カレーそば
- 白ご飯、カレーそば
- 冷やしビーフン
- ワンタンスープ
- 牛乳

エネルギー 739kcal

14

- 白ご飯
- かぼちゃの春巻き
- ひじきと豚肉の炒り煮
- 味噌汁
- 牛乳

エネルギー 789kcal

15

- 白ご飯
- キスの青のりフライ
- 切干大根の中華炒め
- コンスープ
- 牛乳

エネルギー 763kcal

16

- 大豆ライス
- 竹輪のカレー煮
- 中華スープ
- 梨
- 牛乳

ちくわは幼稚園・小学校低学年1ヶ  
中学年以上は2ヶ

エネルギー 714kcal

17

- コッペパン
- イチゴジャム
- 鶏肉とさつま芋の旨煮
- 茹で野菜
- トマトと卵のスープ
- 牛乳

エネルギー 759kcal

- 大根菜飯
- 鯖の漬汁焼き
- きゅうりとイカの旨煮
- 豆腐の味噌汁
- 牛乳

エネルギー 713kcal

21

敬老の日

22

国民の休日

おばあちゃん  
いつまでも  
元気でね!

23

秋分の日

24

- コッペパン
- マーガリン
- へしこベーグドポテト
- ツナときゅうりのサラダ
- 豚肉とシタスのスープ
- 牛乳

エネルギー 744kcal

- 白ご飯
- キスとさつま芋の旨煮
- 昆布和え
- 豆腐の中華風煮
- 牛乳

エネルギー 813kcal

28

- 白ご飯
- 味噌肉じゃが
- 水菜とえのきのサラダ
- 梨
- 牛乳

エネルギー 746kcal

29

- 白ご飯
- 秋刀魚の梅煮
- ごま和え
- 豚汁
- 牛乳

エネルギー 773kcal

30

- ひじきご飯
- かぼちゃのマリネ
- すまし汁
- ヨーグルトゼリー
- 牛乳

エネルギー 743kcal

お知らせ

2学期から当日焼きのパンが食べられるようになりました。但し、数が多いので月に1回ほどの割合となります。

新型インフルエンザが流行して帰宅後や食には必ずうがいをし洗いをしまし