



9月

よていこんだてひょう

いわさきこども園

以上児(たんぽぽ組 ひまわり組 ふじ組)

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	
午前	幼児牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳	
昼食	ひやむぎ入りスープ 卵焼き 胡麻しょうゆブロッコリー アセロラゼリー	中華スープ 畑のミートローフ トマト バナナ	キャベツの味噌汁 ほっけの焼魚 切干大根とひじき煮 ヨーグルト	根菜汁 鶏肉のにんにくしょうゆ煮 春雨サラダ すりおろしりんごゼリー	もやしの味噌汁 ますの塩焼き ポテトサラダ ヤクルト	わかめとうどん入りスープ 肉野菜炒め デザート	
午後	牛乳 たべっこどうぶつ	牛乳 お絵かきパン	フルーツポンチ	幼児牛乳 サラダせんべい	ブルーベリーゼリー アンパンマンせんべい	幼児牛乳 せんべい	
	9	10	11	12	13	14	
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳	
昼食	かきたま汁 インド煮 コンポート	すまし汁 鯖の香り焼き 胡麻和え グレープフルーツ	ポークカレー 梅風味ドレッシングサラダ 野菜ジュース	マーボー豆腐 ひとくちギョーザ ゆかり和え みかん缶	なめこの味噌汁 いわしの梅煮 切干大根サラダ げんきヨーグルト	もやしの味噌汁 肉だんご(味噌風味) おかか和え デザート	
午後	牛乳 えびせん	牛乳 フレンチトースト	牛乳 バナナ	牛乳 野菜のケーキ	牛乳 クッキー	幼児牛乳 せんべい	
	16	17	18	19	20	21	
午前	 敬老の日	牛乳	牛乳	スポロン *ごはんのいらない日*	牛乳	幼児牛乳	
昼食		ワントンスープ 野菜とピーフンのカレー炒め お月見デザート	じゃが芋の味噌汁 塩鮭の焼魚 マカロニサラダ ヤクルト	栗ごはん すまし汁 コーンしゅうまい 塩昆布野菜 ラフランスゼリー 	キャベツの味噌汁 すき焼き風煮 バナナ	うどん入りスープ 鶏肉の照り煮 彩りおひたし ホワイトミニ	
午後		ヨーグルト和え	幼児牛乳 ホームパイ	幼児牛乳 りんごのタルト	ゆめヨーグルト さつぱり塩味せんべい	幼児牛乳 せんべい	
	23	24	25	26	27	28	
午前	 振替休日	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳	
昼食		シーチキンカレー カリカリサラダ りんごジュース	南瓜のポタージュ あまくち卵焼き きんぴらサラダ マスカットゼリー	ふりかけ わかめの味噌汁 おでん風 ジョア	 お弁当デー デザートに オレンジジュースを 準備しています	さつま芋の味噌汁 鯖の照り焼き風 海苔和え デザート	
午後		お茶 ミニどら焼き	牛乳 ミルクパン	プッチンプリン 海苔せんべい	牛乳 ポテトスティック	幼児牛乳 せんべい	
	30	 9月は気候の変わり目で、朝晩と日中の寒暖差が大きく体調をくずしやすくなります。栄養豊富な秋の食材をたくさん食事にとり入れて、暑かった夏の疲れをとり、免疫力を高めましょう。また、一日を元気に過ごせるように十分な睡眠を心がけ、朝ごはんをしっかり食べましょう。 今月のごはんのいらない日・・・19日 				令和6年度 目標 9月 エネルギー 403kcal 401kcal たんぱく質 15.9g 17.4g 脂質 16.9g 16.8g 塩分 1.6g 1.8g	<b>27日(金)</b> お弁当デーです。 お弁当・おしぼり・おはし フォークスプーンなど、 お子さんに合わせて 準備をお願いします。 ご協力をお願いします。
午前	幼児牛乳						
昼食	ハッシュドポーク ブロッコリーの和風サラダ ぶどうジュース						
午後	幼児牛乳 小魚アーモンド						