



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	火	水	木	金	土															
				1	2	3															
午前	<p>9月は気候の変わり目です。栄養豊富で新鮮な秋の食材をたくさん食事に取り入れて、体調をととのえるようにしましょう。バランスの良い食事・十分な睡眠を心がけ、朝ごはんをしっかり食べて登園しましょう。</p>		<p>*15日(火)はお弁当デーです。 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。ご協力お願いします。</p> <p>*今月のごはんのいない日 21日(水)</p>	牛乳	牛乳	幼児牛乳															
昼食				コンソメスープ 海老カツ コールスローサラダ パイナップル	ハッシュドポーク 中華和え オレンジジュース	大根の味噌汁 さばの塩焼き ブロッコリーサラダ デザート															
午後				いろいろゼリー 青のりせんべい	牛乳 えびせん	幼児牛乳 せんべい															
	5	6	7	8	9	10															
午前	牛乳	牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳	牛乳																
昼食	梅干 春雨スープ 畑のミートローフ トマト オレンジ	庄内麩の味噌汁 ハムチーズサンド おかか和え すりおろしりんごゼリー	わかめとうどん入りスープ ふりかけ 鶏肉のオレンジ煮 カレーもやし コンポート	洋風呉汁 ほっけの焼魚 スイートポテトサラダ ヤクルト	キャベツの味噌汁 すきやき風煮 ホワイトミニ																
午後	牛乳 さつまいものガレット	幼児牛乳 まがりせんべい	牛乳 バナナ	ブルーチェ ッッピーターン	幼児牛乳 ココアドック																
	12	13	14	15	16	17															
午前	牛乳	りんごジュース	牛乳	幼児牛乳	牛乳	幼児牛乳															
昼食	ポークカレー かりかりサラダ ジョア	なめこの味噌汁 鯖のカレー焼き 切干大根煮 グレープフルーツ	しそこんぶ 根菜汁 厚焼卵 甘酢和え バナナ	<p>お弁当デー</p>	シーチキンふりかけ わかめの味噌汁 筑前煮 ブルーベリーゼリー	うどん入りスープ カレー肉じゃが デザート															
午後	牛乳 スイートデニッシュ	牛乳 フライドポテト	牛乳 リッツ	牛乳 ミニどらやき	カルピスポンチ	幼児牛乳 せんべい															
	19	20	21	22	23	24															
午前	<p>敬老の日</p>		スポン ☆ ごはんのいない日	幼児牛乳	<p>秋分の日</p>																
昼食			豚汁 ミートオムレツ 胡麻和え ヨーグルト	スパゲティミートソース コンソメスープ 野菜のさっぱり漬け パイナップル			挽肉カレー 和風サラダ 野菜ジュース														
午後			牛乳 ばかうけせんべい	牛乳 ケーキ			幼児牛乳 純米せんべい														
	26	27	28	29	30	<p>～ 令和4年度栄養量～</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>目標</td> <td>月</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>404kcal</td> <td>396kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>18.7g</td> <td>18.0g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>17.3g</td> <td>17.8g</td> </tr> <tr> <td>塩分</td> <td>1.6g</td> <td>1.8g</td> </tr> </table>		目標	月	エネルギー	404kcal	396kcal	たんぱく質	18.7g	18.0g	脂質	17.3g	17.8g	塩分	1.6g	1.8g
	目標	月																			
エネルギー	404kcal	396kcal																			
たんぱく質	18.7g	18.0g																			
脂質	17.3g	17.8g																			
塩分	1.6g	1.8g																			
午前	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳	牛乳																
昼食	大根の味噌汁 塩鮭の焼魚 マカロニサラダ バナナ	ワンタンスープ きんぴら肉だんご 野菜のかに風味和え コンポート	マーボー豆腐 ミニギョーザ 塩昆布和え ヤクルト	味付け海苔 なめことうどん入りスープ さつま芋と鶏肉の揚煮 オレンジ	もやしの味噌汁 ポークソテー 野菜の風味和え パイナップル缶																
午後	牛乳 ホームパイ	牛乳 こつぶっこ	ヨーグルト ほしたべよ	牛乳 ミニたいやき	牛乳 ブラウニーケーキ																

|
|