



# よていこんだて

りす組 うさぎ組

深堀保育園

				1(木)	2(金)	3(土)
午前	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 午前中、飲み物の他に幼児用お菓子がつきます。</li> <li>● 少しづつ秋の気配を感じる日もありますが、日中まだまだ暑い日は引き続きこまめな水分補給を忘れずに！</li> </ul> 			牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食				わかめうどん 豚肉とピーマンせん切り炒め グレープフルーツ	ごはん 味のり 厚揚げの甘酢あんかけ えのきとにらの味噌汁 オレンジゼリー	ごはん さんまのみぞれ煮 おくらのおひたし 玉葱の味噌汁 デザート
午後				ふりかけおにぎり、カップみそ汁	牛乳、ハーバストクッキー	幼児牛乳、おせんべい
	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
午前	牛乳	牛乳	幼児牛乳	幼児りんご100%果汁	牛乳	
昼食	ぼたっごごはん 卵焼き 切干大根の炒め煮 けんちん汁 果物	ごはん 豚の焼き肉 つけあわせ野菜 ふのりの味噌汁 ヤクルト	ごはん いわしの梅煮 マカロニサラダ 根菜汁 デザート	ごはん ごましおふりかけ マーボーなす ごぼうのみそ汁 なし	わかめごはん うさぎハンバーグ ブロッコリーのおひたし トマト 金時豆の煮豆 かぼちゃのポタージュ 十五夜デザート	
午後	マシュマロヨーグルト、クラッカー	牛乳、りんごのタルト	牛乳、パリンコせんべい	幼児牛乳、炊飯器で大学芋	牛乳、小魚アーモンドせんべい	
	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
午前	牛乳	牛乳	幼児牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	しらす入りうどん クリーミーコーンフライ いんげんとささみのごま和え バナナ	シーチキンカレーライス コールスローサラダ ミニデザート 麦茶	ごましおふりかけごはん 肉じゃが トマト なめこ汁 ゆめヨーグルト	ごはん さばの香り焼き おかが野菜 かぼちゃ入豆乳豚汁 パイン	ごはん 海苔佃煮 お豆腐しゅうまい トマトと油揚げのナムル なすと玉ねぎのみそ汁 オレンジ	ごはん 野菜炒め・焼肉味 根菜汁 デザート
午後	牛乳、ベジタべる	牛乳、マカロニきな粉	幼児牛乳、どらやき	なし、ハッピーターン	幼児牛乳、ﾌﾗｯｼｭｶﾞｰﾗﾝﾄﾞ	幼児牛乳、おせんべい
	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
午前		幼児牛乳	牛乳	豆乳まめびよ苺味 		幼児牛乳
昼食		ごはん 味のり 鶏の唐揚げ スパゲティのサラダ わかめスープ カットぶどう	中華丼 オニオンスープ ミニデザート	ロールパン チーズハンバーグ ポテト ブロッコリーのおひたし コーンスープ 給食ジュース		ごはん 肉団子野菜あんかけ 豆腐すまし汁 デザート
午後		麦茶、押しもち	牛乳、ムーンライトクッキー	幼児牛乳、誕生日ケーキ		幼児牛乳、おせんべい
	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
午前	幼児牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	令和4年度目標量エネルギー エネルギー 466kcal たんぱく質 17.5g 脂質 14.0g 塩分 1.5g 今月の一人当たりの栄養量 エネルギー 503kcal たんぱく質 18.0g 脂質 15.6g 塩分 1.5g
昼食	ひじき湿ぜごはん チキンナゲット 洋風具汁 フルーツゼリー	ごはん さんまこってり煮 おかが野菜 青菜のみそ汁 桃のコンポート	ハヤシライス ポイルウインナー コールスローサラダ ショアストロベリー	ごはん えびかつ レタスのサラダ 芋の子汁 なし	豚丼 即席漬け しめじとわかめの豆腐みそ汁 オレンジ	
午後	ぎつねうどん	牛乳、かりんとう	麦茶、あずき蒸しパン	牛乳、星たべよ野菜味	からふるヨーグルト、ウエハース	

年長さん  
きぼうこんだて



- ・ふりかけおにぎり (1日)
- ・ぼてと (22日)



- ・ちーずバーガー (22日)
- カラフルなものが入った
- ・ヨーグルト (30日)

- ☆ 今月から年長さんの希望献立が登場します。お楽しみに！！

