



|    | 月曜日                                                 | 火曜日                                                              | 水曜日                                                       | 木曜日                                                | 金曜日                                                                                                                                                                                                                                                                | 土曜日                                       |
|----|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 午前 |                                                     | 1 牛乳                                                             | 2 麦茶<br>ばりんこ                                              | 3 ドリンクヨーグルト                                        | 4 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                               | 5 麦茶<br>ぼたぼた焼き                            |
| 昼食 |                                                     | ご飯<br>スタミナ納豆<br>かぼちゃの甘煮<br>小松菜のみそ汁<br>バナナ                        | ご飯<br>さけのマヨ焼き<br>ブロッコリーのツナ和え<br>豆腐とえのきのすまし汁<br>オレンジ       | ご飯<br>松風焼き<br>きゅうりのツナ昆布あえ<br>青菜のすまし汁<br>バナナ        | お麩入り親子丼<br>ひじきの煮物<br>なめこのみそ汁<br>なし                                                                                                                                                                                                                                 | カレーうどん<br>キャベツのツナサラダ<br>バナナ               |
| 午後 |                                                     | 牛乳<br>ハッピーターン                                                    | 牛乳<br>ココナッツサブレ                                            | 牛乳<br>いちごジャムサンド                                    | 牛乳<br>バナナケーキ                                                                                                                                                                                                                                                       | 麦茶<br>鉄入りウエハース                            |
| 午前 | 7 牛乳                                                | 8 麦茶<br>ビスコ                                                      | 9 牛乳                                                      | 10 ぶどうジュース                                         | 11 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                              | 12 麦茶<br>星たべよ                             |
| 昼食 | きのこベーコンの和風パスタ<br>コンソメスープ<br>オレンジ                    | ご飯<br>タラのホイル焼き<br>昆布の煮物<br>なすのみそ汁<br>バナナ                         | さけのそぼろ丼<br>ほうれん草ナムル<br>豚汁<br>グレープフルーツ                     | 食パン<br>コーンハンバーグ<br>ブロッコリーのマヨネーズあえ<br>おくらスープ<br>バナナ | ご飯<br>さばのカレー風味焼き<br>かぼちゃのごまマヨネーズ<br>にらのみそスープ<br>グレープフルーツ                                                                                                                                                                                                           | ご飯<br>ツナじゃが<br>小松菜の納豆あえ<br>もやしのみそ汁<br>バナナ |
| 午後 | 牛乳<br>ツナひじきチャーハン                                    | 牛乳<br>コーンフレーク                                                    | 牛乳<br>鉄入りウエハース                                            | 牛乳<br>じゃこねぎおにぎり                                    | 牛乳<br>カルシウムせんべい                                                                                                                                                                                                                                                    | 麦茶<br>ハッピータン                              |
| 午前 | 14 牛乳                                               | 15 麦茶<br>ビスコ                                                     | 16 牛乳                                                     | 17 ドリンクヨーグルト                                       | 18 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                              | 19 麦茶<br>ぼたぼた焼                            |
| 昼食 | ご飯<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>さつま芋のサラダ<br>油揚げのみそ汁<br>オレンジ    | ごはん<br>ビビンバ<br>3色野菜のナムル<br>長芋とコーンのもちもち焼き<br>とろとろナスとハムのスープ<br>りんご | カレーライス<br>わかめスープ<br>みかん缶                                  | ご飯<br>ぶりの照り焼き<br>じゃがいものごまネーズ<br>かきたま汁<br>バナナ       | ご飯<br>鶏肉のごまみそ焼き<br>ハインサラダ<br>白菜とベーコンのスープ<br>なし                                                                                                                                                                                                                     | 鶏の照り焼き丼<br>オクラ納豆<br>豆腐みそ汁<br>バナナ          |
| 午後 | 牛乳<br>ツナサンド                                         | 牛乳<br>ばりんこ                                                       | 牛乳<br>ギンビスアスパラガス                                          | 牛乳<br>じゃこマヨトースト                                    | 牛乳<br>おなかチーズおにぎり                                                                                                                                                                                                                                                   | 麦茶<br>星たべよ                                |
| 午前 | 21                                                  | 22                                                               | 23                                                        | 24 りんごジュース                                         | 25 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                              | 26 麦茶ばりんこ                                 |
| 昼食 |                                                     |                                                                  |                                                           | 豆腐の中華丼<br>ブロッコリーとちくわのサラダ<br>切り干し大根のみそ汁<br>ハイン缶     | お月見ピーズライス<br>さつま芋のりんご煮<br>コンソメスープ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                          | ひじきチャーハン<br>わかめスープ<br>バナナ                 |
| 午後 |                                                     |                                                                  |                                                           | 牛乳<br>カルシウムせんべい                                    | 牛乳<br>青のりチーズポテト                                                                                                                                                                                                                                                    | 麦茶<br>ホームパイ                               |
| 午前 | 28 牛乳                                               | 29 麦茶<br>カルシウムせんべい                                               | 30 牛乳                                                     |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
| 昼食 | ご飯<br>厚揚げのそぼろ煮<br>きゅうりともやしの酢の物<br>じゃがいものみそ汁<br>オレンジ | きのこご飯<br>さわらの西京焼き<br>さつまいものさくさく揚げ<br>豆腐のすまし汁<br>バナナ              | ご飯<br>レバーのオーロラソースあえ<br>ブロッコリーのゴマあえ<br>豆腐のすまし汁<br>グレープフルーツ |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
| 午後 | 牛乳<br>お麩きな粉ラスク                                      | 牛乳<br>ギンビスアスパラガス                                                 | 麦茶<br>フルーツヨーグルト                                           |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
|    | ☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。           |                                                                  |                                                           |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
|    | ☆16日は総合避難訓練の為、非常食を提供いたします。                          |                                                                  |                                                           |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
|    | ☆25日はお月見メニューとなっております。                               |                                                                  |                                                           |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
|    | エネルギー                                               | タンパク                                                             | 脂質                                                        | 食塩                                                 | <p>秋と言えば『食欲の秋』ですね。</p> <p>諸説ありますが、秋になると夏に比べ気温が低くなり、身体が体温を維持しようとして、基礎代謝量が増加し、エネルギーを蓄える必要があるため、食欲が増すとされています。春は毒消しの苦味、夏は疲労回復の酸味、秋はエネルギーを蓄えるための甘味、冬は体を温めるための厚味というように食材の味わいに変化していくと言われています。給食でも、かぼちゃやさつま芋、梨などを多く取り入れ、おいしくて栄養たっぷりの旬の食材を味わいながら、夏の疲れを少しでもとれるように工夫しました。</p> |                                           |
|    | kcal                                                | g                                                                | g                                                         | g                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
|    | 3才未満児                                               | 454                                                              | 19.6                                                      | 14.6                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |
|    | 目標量                                                 | 482                                                              | 19.3                                                      | 13.4                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |



|    | 月曜日                                                 | 火曜日                                                          | 水曜日                                                       | 木曜日                                                                                                                                                                                                                                                               | 金曜日                                                      | 土曜日                                       |
|----|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 午前 |                                                     | 1 牛乳                                                         | 2 麦茶<br>小魚せんべい                                            | 3 ドリンクヨーグルト                                                                                                                                                                                                                                                       | 4 牛乳                                                     | 5 麦茶<br>ハイハイ                              |
| 昼食 |                                                     | ご飯<br>スタミナ納豆<br>かぼちゃの甘煮<br>小松菜のみそ汁<br>バナナ                    | ご飯<br>さけのマヨ焼き<br>ブロッコリーのツナ和え<br>豆腐とえのきのすまし汁<br>オレンジ       | ご飯<br>松風焼き<br>きゅうりのツナ昆布あえ<br>青菜のすまし汁<br>バナナ                                                                                                                                                                                                                       | お麩入り鶏肉丼<br>ひじきの煮物<br>なめこのみそ汁<br>なし                       | カレーうどん<br>キャベツのツナサラダ<br>バナナ               |
| 午後 |                                                     | 牛乳<br>ひじきせんべい                                                | 牛乳<br>どうぶつビスケット                                           | 牛乳<br>いちごジャムサンド                                                                                                                                                                                                                                                   | 牛乳<br>バナナケーキ                                             | 麦茶<br>かぼちゃクッキー                            |
| 午前 | 7 牛乳                                                | 8 麦茶<br>やさいかぞく                                               | 9 牛乳                                                      | 10 ぶどうジュース                                                                                                                                                                                                                                                        | 11 牛乳                                                    | 12 麦茶<br>やさいかぞく                           |
| 昼食 | きのこベーコンの和風パスタ<br>コンソメスープ<br>オレンジ                    | ご飯<br>タラのホイル焼き<br>昆布の煮物<br>なすのみそ汁<br>バナナ                     | さけのそぼろ丼<br>ほうれん草ナムル<br>豚汁<br>グレープフルーツ                     | 食パン<br>コーンハンバーグ<br>ブロッコリーのマヨネーズあえ<br>おくらスープ<br>バナナ                                                                                                                                                                                                                | ご飯<br>さばのカレー風味焼き<br>かぼちゃのごまマヨネーズ<br>にらのみそスープ<br>グレープフルーツ | ご飯<br>ツナじゃが<br>小松菜の納豆あえ<br>もやしのみそ汁<br>バナナ |
| 午後 | 牛乳<br>ツナひじきチャーハン                                    | 牛乳<br>どうぶつビスケット                                              | 牛乳<br>ウエハース                                               | 牛乳<br>じゃこねぎおにぎり                                                                                                                                                                                                                                                   | 牛乳<br>かぼちゃクッキー                                           | 麦茶<br>バナナクッキー                             |
| 午前 | 14 牛乳                                               | 15 麦茶<br>ハイハイ                                                | 16 牛乳                                                     | 17 ドリンクヨーグルト                                                                                                                                                                                                                                                      | 18 牛乳                                                    | 19 麦茶<br>ハイハイ                             |
| 昼食 | ご飯<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>さつま芋のサラダ<br>油揚げのみそ汁<br>オレンジ    | ご飯<br>ビビンバ<br>3色野菜のナムル<br>コーンのもちもち焼き<br>とろとろナスとハムのスープ<br>りんご | 鮭と椎茸の混ぜご飯<br>牛肉とほっくりじゃが芋の煮物                               | ご飯<br>ぶりの照り焼き<br>じゃがいものごまネーズ<br>豆腐のみそ汁<br>バナナ                                                                                                                                                                                                                     | ご飯<br>鶏肉のごまみそ焼き<br>サラダ<br>白菜とベーコンのスープ<br>なし              | 鶏の照り焼き丼<br>オクラ納豆<br>豆腐みそ汁<br>バナナ          |
| 午後 | 牛乳<br>ツナサンド                                         | 牛乳<br>ウエハース                                                  | 牛乳<br>小魚せんべい                                              | 牛乳<br>じゃこマヨトースト                                                                                                                                                                                                                                                   | 牛乳<br>おかかチーズおにぎり                                         | 麦茶<br>かぼちやクッキー                            |
| 午前 | 21                                                  | 22 国民の休日<br>                                                 | 23                                                        | 24 りんごジュース                                                                                                                                                                                                                                                        | 25 牛乳                                                    | 26 麦茶<br>やさいかぞく                           |
| 昼食 |                                                     |                                                              |                                                           | 豆腐の中華丼<br>ブロッコリーとちくわのサラダ<br>切り干し大根のみそ汁<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                    | お月見ビーンズライス<br>さつま芋の甘煮<br>コンソメスープ<br>りんご                  | ひじきチャーハン<br>わかめスープ<br>バナナ                 |
| 午後 | 敬老の日<br>                                            |                                                              | 秋分の日<br>                                                  | 牛乳<br>どうぶつビスケット                                                                                                                                                                                                                                                   | 牛乳<br>青のりチーズポテト                                          | 麦茶<br>バナナクッキー                             |
| 午前 | 28 牛乳                                               | 29 麦茶<br>やさいかぞく                                              | 30 牛乳                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                          |                                           |
| 昼食 | ご飯<br>厚揚げのそぼろ煮<br>きゅうりともやしの酢の物<br>じゃがいものみそ汁<br>オレンジ | きのこご飯<br>さわらの西京焼き<br>さつまいものさくさく揚げ<br>豆腐のすまし汁<br>バナナ          | ご飯<br>レバーのオーロラソースあえ<br>豆腐のすまし汁<br>ブロッコリーのゴマあえ<br>グレープフルーツ |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                          |                                           |
| 午後 | 牛乳<br>きな粉バナナ                                        | 牛乳<br>かぼちゃクッキー                                               | 麦茶<br>バナナヨーグルト                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                          |                                           |
|    | ☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合があります。                        | ☆ミルクは個人に合わせて提供します。                                           | ☆16日は総合避難訓練の為、非常食を提供いたします。                                | <p>秋と言えば『食欲の秋』ですね。</p> <p>諸説ありますが、秋になると夏に比べ気温が低くなり、身体が体温を維持しようとして、基礎代謝量が増加し、エネルギーを蓄える必要があるため、食欲が増すとされています。春は毒消しの苦味、夏は疲労回復の酸味、秋はエネルギーを蓄えるための甘味、冬は体を温めるための厚味というように食材の味わいも変化していくとされています。給食でも、かぼちゃやさつま芋、梨などを多く取り入れ、おいしくて栄養たっぷりの旬の食材を味わいながら、夏の疲れを少しでもとれるように工夫しました。</p> |                                                          |                                           |
|    | ☆25日はお月見メニューとなっております。                               |                                                              |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                          |                                           |



|    | 月曜日                                         | 火曜日                                                       | 水曜日                                        | 木曜日                                                                                                                                                                                                                                                               | 金曜日                                     | 土曜日                                     |
|----|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|
| 午前 |                                             | 1 麦茶<br>ハイハイ                                              | 2 麦茶<br>ヨーグルト                              | 3 麦茶<br>ハイハイ                                                                                                                                                                                                                                                      | 4 麦茶<br>ヨーグルト                           | 5 麦茶<br>ハイハイ                            |
| 昼食 |                                             | 5倍粥<br>スタミナ納豆<br>小松菜のみそ汁<br>バナナ<br>ミルク                    | 5倍粥<br>さけ煮<br>豆腐とえのきのすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク   | 5倍粥<br>松風焼き<br>青菜のすまし汁<br>バナナ<br>ミルク                                                                                                                                                                                                                              | 5倍粥<br>お麴入り鶏肉煮<br>なめこのみそ汁<br>なし<br>ミルク  | あんかけうどん<br>キャベツのツナサラダ<br>バナナ<br>ミルク     |
| 午後 |                                             | ミルク<br>ひじきせんべい                                            | ミルク<br>どうぶつビスケット                           | ミルク<br>パン粥                                                                                                                                                                                                                                                        | ミルク<br>小魚せんべい                           | ミルク<br>かぼちゃクッキー                         |
| 午前 | 7 麦茶<br>ヨーグルト                               | 8 麦茶<br>やさいかぞく                                            | 9 麦茶<br>ヨーグルト                              | 10 麦茶<br>やさいかぞく                                                                                                                                                                                                                                                   | 11 麦茶<br>ヨーグルト                          | 12 麦茶<br>やさいかぞく                         |
| 昼食 | きのこの和風パスタ<br>コンソメスープ<br>オレンジ<br>ミルク         | 5倍粥<br>タラの野菜煮<br>なすのみそ汁<br>バナナ<br>ミルク                     | 5倍粥<br>さけのそぼろ煮<br>豚汁<br>オレンジ<br>ミルク        | パン粥<br>コーンハンバーグ<br>おくらスープ<br>バナナ<br>ミルク                                                                                                                                                                                                                           | 5倍粥<br>鮭の煮付け<br>にんじのみそ汁<br>オレンジ<br>ミルク  | 5倍粥<br>ツナじゃが<br>もやしのみそ汁<br>バナナ<br>ミルク   |
| 午後 | ミルク<br>ツナ粥                                  | ミルク<br>どうぶつビスケット                                          | ミルク<br>ウエハース                               | ミルク<br>じゃこねぎ粥                                                                                                                                                                                                                                                     | ミルク<br>かぼちゃクッキー                         | ミルク<br>バナナクッキー                          |
| 午前 | 14 麦茶<br>ヨーグルト                              | 15 麦茶<br>ハイハイ                                             | 16 麦茶<br>ヨーグルト                             | 17 麦茶<br>ハイハイ                                                                                                                                                                                                                                                     | 18 麦茶<br>ヨーグルト                          | 19 麦茶<br>ハイハイ                           |
| 昼食 | 5倍粥<br>鶏肉のしょうゆ煮<br>さつまいものみそ汁<br>オレンジ<br>ミルク | 5倍粥<br>豚肉の炒め物<br>大根と人参のナムル<br>トロトロなすと豆腐の味噌汁<br>りんご<br>ミルク | たらと彩り野菜のうどん<br>里芋と豚肉のうま煮<br>ミルク            | 5倍粥<br>鮭じゃが煮<br>豆腐のみそ汁<br>バナナ<br>ミルク                                                                                                                                                                                                                              | 5倍粥<br>鶏肉のみそ煮<br>白菜のスープ<br>なし<br>ミルク    | 5倍粥<br>鶏と青菜の照り煮<br>豆腐のみそ汁<br>バナナ<br>ミルク |
| 午後 | ミルク<br>パン粥                                  | ミルク<br>ウエハース                                              | ミルク<br>小魚せんべい                              | ミルク<br>パン粥                                                                                                                                                                                                                                                        | ミルク<br>おかか粥                             | ミルク<br>かぼちゃクッキー                         |
| 午前 | 21                                          | 22 国民の休日<br>                                              | 23                                         | 24 麦茶<br>やさいかぞく                                                                                                                                                                                                                                                   | 25 麦茶<br>ヨーグルト                          | 26 麦茶<br>やさいかぞく                         |
| 昼食 |                                             |                                                           |                                            | 5倍粥<br>豆腐あんかけ<br>切り干し大根のみそ汁<br>オレンジ<br>ミルク                                                                                                                                                                                                                        | 5倍粥<br>鶏肉のトマト煮<br>コンソメスープ<br>りんご<br>ミルク | ひじき粥<br>わかめスープ<br>バナナ<br>ミルク            |
| 午後 | 敬老の日<br>                                    |                                                           | 秋分の日<br>                                   | ミルク<br>どうぶつビスケット                                                                                                                                                                                                                                                  | ミルク<br>青のりマッシュポテト                       | ミルク<br>バナナクッキー                          |
| 午前 | 28 麦茶<br>ヨーグルト                              | 29 麦茶<br>ハイハイ                                             | 30 麦茶<br>ヨーグルト                             |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                         |                                         |
| 昼食 | 5倍粥<br>豆腐のそぼろ煮<br>じゃがいものみそ汁<br>オレンジ<br>ミルク  | 5倍粥<br>鮭の味噌煮<br>豆腐のすまし汁<br>バナナ<br>ミルク                     | 5倍粥<br>鶏肉のプロコリー煮<br>豆腐のすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                         |                                         |
| 午後 | ミルク<br>きな粉バナナ                               | ミルク<br>かぼちゃクッキー                                           | 麦茶<br>バナナヨーグルト                             |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                         |                                         |
|    | ☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。       |                                                           |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                         |                                         |
|    | ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。                        |                                                           |                                            | <p>秋と言えば『食欲の秋』ですね。</p> <p>諸説ありますが、秋になると夏に比べ気温が低くなり、身体が体温を維持しようとして、基礎代謝量が増加し、エネルギーを蓄える必要があるため、食欲が増すとされています。春は毒消しの苦味、夏は疲労回復の酸味、秋はエネルギーを蓄えるための甘味、冬は体を温めるための厚味というように食材の味わいが変化していくとされています。給食でも、かぼちゃやさつま芋、梨などを多く取り入れ、おいしくて栄養たっぷりの旬の食材を味わいながら、夏の疲れを少しでもとれるように工夫しました。</p> |                                         |                                         |
|    | ☆16日は総合避難訓練の為、非常食を提供いたします。                  |                                                           |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                         |                                         |



|    | 月曜日                                                                                                                                                                                                                                                        | 火曜日                                                       | 水曜日                                         | 木曜日                                         | 金曜日                                      | 土曜日                                     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 午前 |                                                                                                                                                                                                                                                            | 1 麦茶<br>ハイハイ                                              | 2 麦茶<br>ヨーグルト                               | 3 麦茶<br>ハイハイ                                | 4 麦茶<br>ヨーグルト                            | 5 麦茶<br>ハイハイ                            |
| 昼食 |                                                                                                                                                                                                                                                            | 7倍粥<br>納豆のそぼろ煮<br>小松菜のすまし汁<br>バナナ<br>ミルク                  | 7倍粥<br>さけ煮<br>豆腐とえのきのすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク    | 7倍粥<br>豆腐のそぼろあん<br>青菜のすまし汁<br>バナナ<br>ミルク    | 7倍粥<br>お鮭入り鶏肉煮<br>豆腐のすまし汁<br>なし<br>ミルク   | あんかけうどん<br>キャベツのツナサラダ<br>バナナ<br>ミルク     |
| 午後 |                                                                                                                                                                                                                                                            | ミルク<br>ひじきせんべい                                            | ミルク<br>ハイハイ                                 | ミルク<br>パン粥                                  | ミルク<br>小魚せんべい                            | ミルク<br>ひじきせんべい                          |
| 午前 | 7 麦茶<br>ヨーグルト                                                                                                                                                                                                                                              | 8 麦茶<br>やさいかぞく                                            | 9 麦茶<br>ヨーグルト                               | 10 麦茶<br>やさいかぞく                             | 11 麦茶<br>ヨーグルト                           | 12 麦茶<br>やさいかぞく                         |
| 昼食 | 和風パスタ<br>コンソメスープ<br>オレンジ<br>ミルク                                                                                                                                                                                                                            | 7倍粥<br>鮭の野菜煮<br>なすのすまし汁<br>バナナ<br>ミルク                     | 7倍粥<br>さけのそぼろ煮<br>じゃがいものすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク | パン粥<br>おとうふハンバーグ<br>おくらスープ<br>バナナ<br>ミルク    | 7倍粥<br>鮭の煮付け<br>にんじんのすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク | 7倍粥<br>ツナじゃが<br>ねぎのすまし汁<br>バナナ<br>ミルク   |
| 午後 | ミルク<br>ツナ粥                                                                                                                                                                                                                                                 | ミルク<br>小魚せんべい                                             | ミルク<br>ハイハイ                                 | ミルク<br>じゃこねぎ粥                               | ミルク<br>ハイハイ                              | ミルク<br>ひじきせんべい                          |
| 午前 | 14 麦茶<br>ヨーグルト                                                                                                                                                                                                                                             | 15 麦茶<br>ハイハイ                                             | 16 麦茶<br>ヨーグルト                              | 17 麦茶<br>ハイハイ                               | 18 麦茶<br>ヨーグルト                           | 19 麦茶<br>ハイハイ                           |
| 昼食 | 7倍粥<br>鶏肉のしょうゆ煮<br>さつまいものすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク                                                                                                                                                                                                               | 7倍粥<br>鶏肉の炒め物<br>大根と人参のナムル<br>トトロ口なすと豆腐の味噌汁<br>りんご<br>ミルク | しらすの雑炊<br>彩り野菜の汁椀<br>ミルク                    | 7倍粥<br>鮭じゃが煮<br>豆腐のすまし汁<br>バナナ<br>ミルク       | 7倍粥<br>鶏肉のみそ煮<br>白菜のスープ<br>なし<br>ミルク     | 7倍粥<br>鶏と青菜の照り煮<br>豆腐すまし汁<br>バナナ<br>ミルク |
| 午後 | ミルク<br>パン粥                                                                                                                                                                                                                                                 | ミルク<br>やさい家族                                              | ミルク<br>小魚せんべい                               | ミルク<br>パン粥                                  | ミルク<br>おかか粥                              | ミルク<br>ひじきせんべい                          |
| 午前 | 21                                                                                                                                                                                                                                                         | 22 国民の休日                                                  | 23                                          | 24 麦茶<br>やさいかぞく                             | 25 麦茶<br>ヨーグルト                           | 26 麦茶<br>やさいかぞく                         |
| 昼食 |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                           |                                             | 7倍粥<br>豆腐あんかけ<br>切り干し大根のすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク | 7倍粥<br>鶏肉のトマト煮<br>コンソメスープ<br>りんご<br>ミルク  | 鶏そぼろ粥<br>豆腐スープ<br>バナナ<br>ミルク            |
| 午後 | 敬老の日                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                           | 秋分の日                                        | ミルク<br>ハイハイ                                 | ミルク<br>マッシュポテト                           | ミルク<br>ひじきせんべい                          |
| 午前 | 28 麦茶<br>ヨーグルト                                                                                                                                                                                                                                             | 29 麦茶<br>ハイハイ                                             | 30 麦茶<br>ヨーグルト                              |                                             |                                          |                                         |
| 昼食 | 7倍粥<br>豆腐のそぼろ煮<br>じゃがいものすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク                                                                                                                                                                                                                | 7倍粥<br>鮭煮<br>豆腐のすまし汁<br>バナナ<br>ミルク                        | 7倍粥<br>鶏肉のプロッコリー煮<br>豆腐のすまし汁<br>オレンジ<br>ミルク |                                             |                                          |                                         |
| 午後 | ミルク<br>きな粉バナナ                                                                                                                                                                                                                                              | ミルク<br>ひじきせんべい                                            | 麦茶<br>バナナヨーグルト                              |                                             |                                          |                                         |
|    | ☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。                                                                                                                                                                                                                      |                                                           |                                             |                                             |                                          |                                         |
|    | ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。                                                                                                                                                                                                                                       |                                                           |                                             |                                             |                                          |                                         |
|    | ☆16日は総合避難訓練の為、非常食を提供いたします。                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |                                             |                                             |                                          |                                         |
|    | 秋と言えば『食欲の秋』ですね。<br>諸説ありますが、秋になると夏に比べ気温が低くなり、身体が体温を維持しようとして、基礎代謝量が増加し、エネルギーを蓄える必要があるため、食欲が増すとされています。春は毒消しの苦味、夏は疲労回復の酸味、秋はエネルギーを蓄えるための甘味、冬は体を温めるための厚味というように食材の味わいが変化していき、秋は味わい豊かです。給食でも、かぼちゃやさつまいも、梨などを多く取り入れ、おいしくて栄養たっぷりの旬の食材を味わいながら、夏の疲れを少しでもとれるように工夫しました。 |                                                           |                                             |                                             |                                          |                                         |



|    | 月曜日                                                                                                                                                                                                                                                    | 火曜日                                                              | 水曜日                                                       | 木曜日                                                | 金曜日                                                      | 土曜日                                       |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 午前 |                                                                                                                                                                                                                                                        | 1 牛乳                                                             | 2 麦茶<br>せんべい                                              | 3 ドリンクヨーグルト                                        | 4 牛乳                                                     | 5 麦茶<br>せんべい                              |
| 昼食 |                                                                                                                                                                                                                                                        | ご飯<br>スタミナ納豆<br>かぼちゃの甘煮<br>小松菜のみそ汁<br>バナナ                        | ご飯<br>さけのマヨ焼き<br>ブロッコリーのツナ和え<br>豆腐とえのきのすまし汁<br>オレンジ       | ご飯<br>松風焼き<br>きゅうりのツナ昆布あえ<br>青菜のすまし汁<br>バナナ        | お麩入り鶏肉丼<br>ひじきの煮物<br>なめこのみそ汁<br>なし                       | カレーうどん<br>キャベツのツナサラダ<br>バナナ               |
| 午後 |                                                                                                                                                                                                                                                        | 牛乳<br>せんべい                                                       | 牛乳<br>ビスケット                                               | 牛乳<br>いちごジャムサンド                                    | 牛乳<br>米粉バナナケーキ                                           | 麦茶<br>ビスケット                               |
| 午前 | 7 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                   | 8 麦茶<br>ビスケット                                                    | 9 牛乳                                                      | 10 ぶどうジュース                                         | 11 牛乳                                                    | 12 麦茶<br>せんべい                             |
| 昼食 | きのことベーコンの和風パスタ<br>コンソメスープ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                      | ご飯<br>タラのホイル焼き<br>昆布の煮物<br>なすのみそ汁<br>バナナ                         | さけのそぼろ丼<br>ほうれん草ナムル<br>豚汁<br>グレープフルーツ                     | 食パン<br>コーンハンバーグ<br>ブロッコリーのマヨネーズあえ<br>おくらスープ<br>バナナ | ご飯<br>さばのカレー風味焼き<br>かぼちゃのごまマヨネーズ<br>にらのみそスープ<br>グレープフルーツ | ご飯<br>ツナじゃが<br>小松菜の納豆あえ<br>もやしのみそ汁<br>バナナ |
| 午後 | 牛乳<br>ツナひじきチャーハン                                                                                                                                                                                                                                       | 牛乳<br>ビスケット                                                      | 牛乳<br>ビスケット                                               | 牛乳<br>じゃこねぎおにぎり                                    | 牛乳<br>せんべい                                               | 麦茶<br>せんべい                                |
| 午前 | 14 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                  | 15 麦茶<br>ビスケット                                                   | 16 牛乳                                                     | 17                                                 | 18 牛乳                                                    | 19 麦茶<br>せんべい                             |
| 昼食 | ご飯<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>さつま芋のサラダ<br>油揚げのみそ汁<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                       | ごはん<br>ビビンバ<br>3色野菜のナムル<br>長芋とコーンのもちもち焼き<br>とろとろナスとハムのスープ<br>りんご | カレーライス<br>わかめスープ<br>みかん缶                                  | ご飯<br>ぶりの照り<br>じゃがいも<br>高野豆腐<br>バナナ                | ご飯<br>鶏肉のごまみそ焼き<br>ハインサラダ<br>白菜とベーコンのスープ<br>なし           | 鶏の照り焼き丼<br>オクラ納豆<br>豆腐みそ汁<br>バナナ          |
| 午後 | 牛乳<br>ツナサンド                                                                                                                                                                                                                                            | 牛乳<br>せんべい                                                       | 牛乳<br>ビスケット                                               | 牛乳、し<br>ト                                          | 牛乳<br>おなかチーズおにぎり                                         | 麦茶<br>せんべい                                |
| 午前 | 21                                                                                                                                                                                                                                                     | 22 国民の休日                                                         | 23                                                        | 24 りんごジュース                                         | 25 牛乳                                                    | 26 麦茶<br>せんべい                             |
| 昼食 |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                  |                                                           | 豆腐の中華丼<br>ブロッコリーとちくわのサラダ<br>切り干し大根のみそ汁<br>ハイン缶     | お月見ビーンズライス<br>さつま芋のりんご煮<br>コンソメスープ<br>オレンジ               | ひじきチャーハン<br>わかめスープ<br>バナナ                 |
| 午後 | 敬老の日                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                  | 秋分の日                                                      | 牛乳<br>せんべい                                         | 牛乳<br>青のりチーズポテト                                          | 麦茶<br>ビスケット                               |
| 午前 | 28 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                  | 29 麦茶<br>せんべい                                                    | 30 牛乳                                                     |                                                    |                                                          |                                           |
| 昼食 | ご飯<br>厚揚げのそぼろ煮<br>きゅうりともやしの酢の物<br>じゃがいものみそ汁<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                    | きのことご飯<br>さわらの西京焼き<br>さつまいものさくさく揚げ<br>豆腐のすまし汁<br>バナナ             | ご飯<br>レバーのオーロラソース添え<br>ブロッコリーのゴマあえ<br>豆腐のすまし汁<br>グレープフルーツ |                                                    |                                                          |                                           |
| 午後 | 牛乳<br>お麩きな粉ラスク                                                                                                                                                                                                                                         | 牛乳<br>ビスケット                                                      | 麦茶<br>フルーツヨーグルト                                           |                                                    |                                                          |                                           |
|    | ☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。                                                                                                                                                                                                              |                                                                  |                                                           |                                                    |                                                          |                                           |
|    | ☆16日は総合避難訓練の為、非常食を提供いたします。                                                                                                                                                                                                                             |                                                                  |                                                           |                                                    |                                                          |                                           |
|    | ☆25日はお月見メニューとなっております。                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                  |                                                           |                                                    |                                                          |                                           |
|    | 秋と言えば『食欲の秋』ですね。<br>諸説ありますが、秋になると夏に比べ気温が低くなり、身体が体温を維持しようとして、基礎代謝量が増加し、エネルギーを蓄える必要があるので、食欲が増すと言われてます。春は毒消しの苦味、夏は疲労回復の酸味、秋はエネルギーを蓄えるための甘味、冬は体を温めるための厚味というように食材の味わいが変化していくと言われてます。給食でも、かぼちゃやさつま芋、梨などを多く取り入れ、おいしくて栄養たっぷりの旬の食材を味わいながら、夏の疲れを少しでもとれるように工夫しました。 |                                                                  |                                                           |                                                    |                                                          |                                           |



|    | 月曜日                                                                                                                                                                                                                                                                | 火曜日                                                              | 水曜日                                                      | 木曜日                                               | 金曜日                                                      | 土曜日                                       |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 午前 |                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1 牛乳                                                             | 2 麦茶<br>せんべい                                             | 3 ドリンクヨーグルト                                       | 4 牛乳                                                     | 5 麦茶<br>せんべい                              |
| 昼食 |                                                                                                                                                                                                                                                                    | ご飯<br>スタミナ納豆<br>かぼちゃの甘煮<br>小松菜のみそ汁<br>バナナ                        | ご飯<br>さけのマヨ焼き<br>ブロッコリーのツナ和え<br>豆腐とえのきのすまし汁<br>オレンジ      | ご飯<br>松風焼き<br>きゅうりのツナ昆布あえ<br>青菜のみそ汁<br>バナナ        | 鶏肉丼<br>ひじきの煮物<br>なめこのみそ汁<br>なし                           | カレーライス<br>キャベツのツナサラダ<br>バナナ               |
| 午後 |                                                                                                                                                                                                                                                                    | 牛乳<br>せんべい                                                       | 牛乳<br>ビスケット                                              | 牛乳<br>しらすおにぎり                                     | 牛乳<br>米粉バナナケーキ                                           | 麦茶<br>ビスケット                               |
| 午前 | 7 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                               | 8 麦茶<br>ビスケット                                                    | 9 牛乳                                                     | 10 ぶどうジュース                                        | 11 牛乳                                                    | 12 麦茶<br>せんべい                             |
| 昼食 | ご飯<br>きのこことベーコンの和風炒め<br>コンソメスープ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                            | ご飯<br>タラのホイル焼き<br>昆布の煮物<br>なすのみそ汁<br>バナナ                         | さけのそぼろ丼<br>ほうれん草ナムル<br>豚汁<br>グレープフルーツ                    | ご飯<br>コーンハンバーグ<br>ブロッコリーのマヨネーズあえ<br>おくらスープ<br>バナナ | ご飯<br>さばのカレー風味焼き<br>かぼちゃのごまマヨネーズ<br>にらのみそスープ<br>グレープフルーツ | ご飯<br>ツナじゃが<br>小松菜の納豆あえ<br>もやしのみそ汁<br>バナナ |
| 午後 | 牛乳<br>ツナひじきチャーハン                                                                                                                                                                                                                                                   | 牛乳<br>ビスケット                                                      | 牛乳<br>ビスケット                                              | 牛乳<br>じゃこねぎおにぎり                                   | 牛乳<br>せんべい                                               | 麦茶<br>せんべい                                |
| 午前 | 14 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                              | 15 牛乳<br>ビスケット                                                   | 16 牛乳                                                    | 17 ドリンクヨーグルト                                      | 18 牛乳                                                    | 19 麦茶<br>せんべい                             |
| 昼食 | ご飯<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>さつま芋のサラダ<br>油揚げのみそ汁<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                   | ごはん<br>ビビンバ<br>3色野菜のナムル<br>長芋とコーンのもちもち焼き<br>とろとろナスとハムのスープ<br>りんご | カレーライス<br>わかめスープ<br>みかん缶                                 | ご飯<br>ぶりの照り焼き<br>じゃがいものごまネーズ<br>高野豆腐のみそ汁<br>バナナ   | ご飯<br>鶏肉のごまみそ焼き<br>パインサラダ<br>白菜とベーコンのスープ<br>なし           | 鶏の照り焼き丼<br>オクラ納豆<br>豆腐みそ汁<br>バナナ          |
| 午後 | 牛乳<br>ツナマヨおにぎり                                                                                                                                                                                                                                                     | 牛乳<br>せんべい                                                       | 牛乳<br>ビスケット                                              | 牛乳<br>じゃこのりおにぎり                                   | 牛乳<br>おなかチーズおにぎり                                         | 麦茶<br>せんべい                                |
| 午前 | 21                                                                                                                                                                                                                                                                 | 22                                                               | 23                                                       | 24 りんごジュース                                        | 25 牛乳                                                    | 26 麦茶<br>せんべい                             |
| 昼食 |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                  |                                                          | 豆腐の中華丼<br>ブロッコリーとちくわのサラダ<br>切り干し大根のみそ汁<br>パイン缶    | お月見ビーンズライス<br>さつま芋のりんご煮<br>コンソメスープ<br>オレンジ               | ひじきチャーハン<br>わかめスープ<br>バナナ                 |
| 午後 |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                  |                                                          | 牛乳<br>せんべい                                        | 牛乳<br>青のりチーズじゃが                                          | 麦茶<br>ビスケット                               |
| 午前 | 28 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                              | 29 麦茶<br>せんべい                                                    | 30 牛乳                                                    |                                                   |                                                          |                                           |
| 昼食 | ご飯<br>厚揚げのそぼろ煮<br>きゅうりともやしの酢の物<br>じゃがいものみそ汁<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                | きのこご飯<br>さわらの西京焼き<br>さつまいものさくさく揚げ<br>豆腐のみそ汁<br>バナナ               | ご飯<br>レバーのオーロラソースあえ<br>ブロッコリーのゴマあえ<br>豆腐のみそ汁<br>グレープフルーツ |                                                   |                                                          |                                           |
| 午後 | 牛乳<br>きな粉バナナ                                                                                                                                                                                                                                                       | 牛乳<br>ビスケット                                                      | 麦茶<br>フルーツヨーグルト                                          |                                                   |                                                          |                                           |
|    | ☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。                                                                                                                                                                                                                          |                                                                  |                                                          |                                                   |                                                          |                                           |
|    | ☆16日は総合避難訓練の為、非常食を提供いたします。                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                  |                                                          |                                                   |                                                          |                                           |
|    | ☆25日はお月見メニューとなっております。                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                  |                                                          |                                                   |                                                          |                                           |
|    | <p>秋と言えば『食欲の秋』ですね。</p> <p>諸説ありますが、秋になると夏に比べ気温が低くなり、身体が体温を維持しようとして、基礎代謝量が増加し、エネルギーを蓄える必要があるため、食欲が増すとされています。春は毒消しの苦味、夏は疲労回復の酸味、秋はエネルギーを蓄えるための甘味、冬は体を温めるための厚味というように食材の味わいが変化していくと言われています。給食でも、かぼちゃやさつま芋、梨などを多く取り入れ、おいしくて栄養たっぷりの旬の食材を味わいながら、夏の疲れを少しでもとれるように工夫しました。</p> |                                                                  |                                                          |                                                   |                                                          |                                           |