



# 9月よていこんだてひょう



たっこんこどもえん 以上児

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	ヤッホークラブ				
	親子煮 野菜のなめたけ和え ゼリー	肉団子と白菜のスープ スパゲッティ オレンジ	ニラと卵のすまし汁 鮭の甘辛焼き ひじきサラダ ヨーグルト	四川風スープ 肉じゃが なし	モリモリサンド バナナ 牛乳
	シナモントースト・牛乳	せんべい・牛乳	マドレーヌ・牛乳	だんご・牛乳	
7	8	9	10	11	12
		お誕生会	おにぎりの日		
夏の元気みそ汁 野菜コロケ すき昆布の炒煮 グレープフルーツ	カレーシチュー フルーツヨーグルト	チャーハン風ご飯 ほうれん草と豆腐のスープ 鶏肉のマリネ ニラともやしのナムル アイス	けんちん汁 竹輪と厚揚げの ゴーヤチャンプルー オレンジ	マカロニのクリーム煮 ウィンナー カミカミサラダ ゼリー	希望保育
カステラ・牛乳	ハムマヨパン・牛乳	フルーツサンド・麦茶	カスタードケーキ・牛乳	クッキー・牛乳	
14	15	16	17	18	19
なめこ汁 魚肉ソーセージ焼き いんげんのごま和え グレープフルーツ	すき焼き風煮 ランチオンパスタ ヨーグルト	まいたけ汁 鶏カツ グリーンサラダ オレンジ	ニラ玉スープ 肉団子 小松菜と春雨の和え物 ヨーグルト	五目みそラーメン ぎょうざ ゼリー	運動会 
スティックパン・牛乳	シュガートースト・牛乳	せんべい・枝豆・牛乳	パインケーキ・牛乳	ドーナツ・牛乳	
21	22	23	24	25	26
敬老の日 	秋分の日 	キムチ鍋風 五色納豆 オレンジ 白がん月・牛乳	わかめのみそ汁 さんまのカレー焼き かぼちゃとマカロニのサラダ ゼリー チーズフランス・牛乳	五目マーボー豆腐 バンサンスー グレープフルーツ マーラーカオ・牛乳	希望保育
28	29	30			
	ヤッホークラブ				
チキンカレー ブロッコリーとちくわのごま和え オレンジ クッキー・牛乳	レタススープ 豆腐ハンバーグ 人参のグラッセ ヨーグルト ミニパン・牛乳	納豆汁 赤魚煮 わかめの酢の物 ゼリー キッシュ・麦茶			

**9月の行事予定**

9日(金) お誕生会 🎂  
※お家からのごはんはいりませんよ

10日(木) おにぎりの日 🍙  
※お家からおにぎりをお願いします

19日(土) 運動会 🏃



**9月の予定栄養摂取量**

エネルギー 463kcal  
タンパク質 21.7g  
脂質 18.8g  
塩分 2.0g



# 9月よていこんだてひょう



たっこんどもえん 未満児

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	バナナ ご飯 親子煮 野菜のなめたけ和え ゼリー	ビスケット ご飯 肉団子と白菜のスープ スパゲッティ オレンジ	ウエハース ご飯 ニラと卵のすまし汁 鮭の甘辛焼き ひじきサラダ ヨーグルト	豆乳 ご飯 四川風スープ 肉じゃが なし	ポーロ モリモリサンド バナナ 牛乳
	シナモントースト・牛乳	せんべい・牛乳	マドレーヌ・牛乳	ホットケーキサンド・牛乳	
7	8	9	10	11	12
せんべい ご飯 夏の元気みそ汁 野菜コロッケ すき昆布の炒煮 グレープフルーツ カステラ・牛乳	チーズ ご飯 カレーシチュー フルーツヨーグルト ハムマヨパン・牛乳	ポーロ チャーハン風ご飯 ほうれん草と豆腐のスープ 鶏肉のマリネ ニラともやしのナムル アイス フルーツサンド・麦茶	ウエハース ご飯 けんちん汁 竹輪と厚揚げの ゴーヤチャンプルー オレンジ カスタードケーキ・牛乳	ビスケット ご飯 マカロニのクリーム煮 ウィンナー カミカミサラダ ゼリー クッキー・牛乳	希望保育
14	15	16	17	18	19
ポーロ ご飯 なめこ汁 魚肉ソーセージ焼き いんげんのごま和え グレープフルーツ スティックパン・牛乳	せんべい ご飯 すき焼き風煮 ランチョンパスタ ヨーグルト シュガートースト・牛乳	豆乳 ご飯 まいたけ汁 鶏カツ グリーンサラダ オレンジ せんべい・枝豆・牛乳	バナナ ご飯 ニラ玉スープ 肉団子 小松菜と春雨の和え物 ヨーグルト パインケーキ・牛乳	ビスケット ご飯 五目みそラーメン ぎょうざ ゼリー ドーナツ・牛乳	
21	22	23	24	25	26
敬老の日 	秋分の日 	ポーロ ご飯 キムチ鍋風 五色納豆 オレンジ 白がん月・牛乳	せんべい ご飯 わかめのみそ汁 さんまのカレー焼き かぼちゃとマカロニのサラダ ゼリー チーズフランス・牛乳	ビスケット ご飯 五目マーボー豆腐 バンサンスー グレープフルーツ マーラーカオ・牛乳	希望保育
28	29	30			
豆乳 ご飯 チキンカレー ブロッコリーと竹輪のごま和え オレンジ クッキー・牛乳	バナナ ご飯 レタススープ 豆腐ハンバーグ 人参のグラッセ ヨーグルト ミニパン・牛乳	ポーロ ご飯 納豆汁 赤魚煮 わかめの酢の物 ゼリー キッシュ・麦茶			

## 9月の予定栄養摂取量

エネルギー	549kcal
タンパク質	21.0g
脂質	17.7g
塩分	1.7g



※水分補給、虫歯予防に  
麦茶が出ています。

