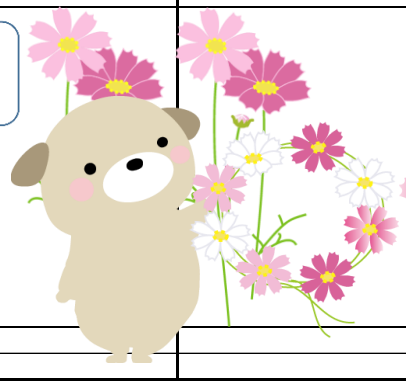
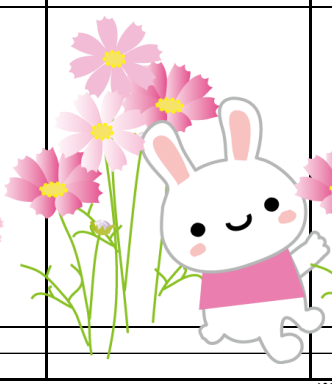
9月 リトルキッズ献立カレンダー 前半

実籾保育園

	月	火	水	木	金	土	日
	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日
おひるごはん	 鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人参のさっぱり炒め スープ	 カレーライス 大根のツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	 鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)	 ご飯 鶏肉のから揚げ チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁	 ●さつま芋の黒ごまおにぎり 豚肉ときのこのみそ炒め キャベツのコーンサラダ フルーツ(りんご)	土曜日メニュー	休園日
栄養価	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 264/13.2/9.9/33.7/0.9	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 307/11.2/9.6/46.8/1.1	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 253/12.1/4.8/41.9/0.8	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 297/10.8/12.0/38.1/0.6	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 290/9.9/8.2/47.9/0.5	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分
	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日
おひるごはん	 肉みそ和えうどん チンゲン菜の信田煮 すまし汁	 鶏ささみの甘辛丼 切干大根ときゅうりのサラダ みそ汁	 ご飯 鮭の磯風味パン粉焼き 肉じゃが みそ汁 フルーツ(バナナ)	 ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め マカロニサラダ スープ	 納豆ごはん さつま芋コロッケ 小松菜と人参のごま和え 豚汁	土曜日メニュー	休園日
栄養価	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 260/11.3/9.2/33.0/1.0	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 249/11.4/3.0/45.7/0.6	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 325/15.6/9.8/45.6/0.6	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 274/9.6/7.4/44.7/0.7	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 399/14.0/14.2/58.5/0.8	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分
おひるごはん		秋風にコスモスが 揺れていて綺麗ですね～ タイヘイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠					
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。