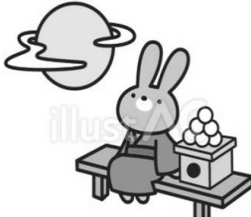
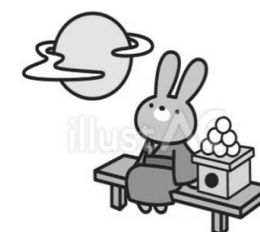


9月 おしょくじカレンダー

ナーサリールームつばさ

曜日	月		火		水		木		金		土	
日	1		2		3		4		5		6	
乳児	牛乳 コーンフレーク		麦茶 ヨーグルト		牛乳 パナナ		牛乳 コーンフレーク		牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト	
昼食	・麦飯 ・夏野菜カレー ・もやしと竹輪の五色和え ・オレンジ		・ご飯 ・豚肉と厚揚げの煮物 ・ひじきの煮物 ・いんげんのごま和え ・とろろ昆布汁		・ご飯 ・鶏の照り焼き ・ブロッコリーとキャベツの磯和え ・春雨サラダ ・長ねぎの味噌汁		・ご飯 ・カレイのごま味噌焼き ・里芋の五目煮 ・きゅうり中華風 ・玉ねぎのすまし汁		・わかめご飯 ・ハンバーグ ・高野豆腐と人参の煮物 ・フルーツサラダ ・コーンクリームスープ		・ミートソーススパゲティ ・コンスープ	
おやつ	牛乳 レモネードゼリー		牛乳 ゆかりおにぎり		牛乳 かぼちゃ入り蒸しパン		牛乳 ドーナツ		牛乳 お麩ラスク		麦茶 ブルーベリージャムサンド	
日	8		9		10		11		12		13	
乳児	牛乳 コーンフレーク		牛乳 パナナ		牛乳 菓子		牛乳 コーンフレーク		麦茶 ヨーグルト		麦茶 ヨーグルト	
昼食	・ご飯 ・炒り豆腐 ・かぼちゃの煮物 ・もやしのナムル ・わかめのスープ		・ゆかりご飯 ・鶏の唐揚げ ・切干大根の煮物 ・オレンジ ・青梗菜の味噌汁		・ご飯 ・松風焼 ・さつま芋の甘煮 ・ひじきともやしのごま和え ・きのこの味噌汁		・ご飯 ・赤魚の煮つけ ・キャベツの磯和え ・ひきわり納豆 ・玉ねぎと人参の味噌汁		・ご飯 ・ポークチャップ ・かぼちゃのバター煮 ・もやしときゅうりの中華和え ・なすの味噌汁		・わかめうどん ・パナナ	
おやつ	牛乳 きな粉マーガリンサンド		牛乳 じゃがバター		牛乳 ホットケーキ		牛乳 五平餅		牛乳 レモンクリームサンド		麦茶 若菜おにぎり	
日	15		16		17		18		19		20	
乳児	敬老の日		牛乳 コーンフレーク		麦茶 ヨーグルト		牛乳 パナナ		牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト	
昼食			・麦飯 ・ツナカレー ・キャベツのサラダ ・オレンジ		・茶飯 ・白身魚のフライ ・キャベツといんげんのごま和え ・トマト ・青菜汁		・ご飯 ・和風ハンバーグ ・かぼちゃの含め煮 ・マカロニソテー ・わかめと麩のすまし汁		・ご飯 ・麻婆豆腐 ・さつま芋の甘煮 ・青梗菜とキャベツのおかか和え ・もやしの味噌汁		・ナポリタン ・野菜スープ	
おやつ			牛乳 味噌おにぎり		牛乳 いちごフルーチェ🍓		牛乳 ブルーベリージャムサンド		牛乳 おはぎ(すりごま・黄な粉)		麦茶 きな粉マーガリンサンド	
日	22		23		24		25		26		27	
乳児	牛乳 コーンフレーク		秋分の日		牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト		牛乳 パナナ		麦茶 ヨーグルト	
昼食	・若菜ご飯 ・鶏肉と高野豆腐の煮物 ・ごぼうの和え物 ・グレープフルーツ ・茄子の味噌汁				・ご飯 ・豚肉と茄子の味噌炒め ・いんげんとコーンのソテー ・ささみと茸の春雨サラダ ・コンソメスープ		・ご飯 ・カレイのおにマヨ焼き ・のり塩ポテト ・キャベツのごま和え ・なめこの味噌汁		・ご飯 ・豚肉のソテー ・春雨の酢の物 ・さつま芋サラダ ・わかめと豆腐の味噌汁		・鶏肉うどん ・オレンジ	
おやつ	牛乳 マカロニあべかわ				牛乳 茶飯おにぎり		牛乳 お好みマカロニ		牛乳 鮭おにぎり		麦茶 おかかおにぎり	
日	29		30		日中は、まだ暑い日が続きますが 朝夕はいつの間にか秋の気配が感じられるようになりました。この時期は 季節の変わり目で一日の気温差が激しく体調を壊してしまいがちです。規則正しい生活を心がけて 秋の野菜や果物を満喫して 残暑を乗り切りましょう。 							
乳児	牛乳 菓子		牛乳 コンフレーク									
昼食	・麦飯 ・ハヤシライス ・もやしの和え物 ・きゅうり中華風		・ご飯 ・白身魚のもみじ焼き ・ひじきの煮物 ・チンゲン菜のおかか和え ・キャベツの味噌汁									
おやつ	牛乳 みかんゼリー		牛乳 わかめおにぎり									



*行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

*