

9月のこんだて

R6. 8. 26

太田東保育園

日	1. 2才児		副 食	お や つ	エネルギー(kcal)		行事予定	メモ	
	曜日	午前おやつ			主食	0.1.2才			3.4.5才
2	月	ハーベスト、お茶	ごはん	マーボー豆腐、エビシューマイ、塩きゅうり、中華風コンスープ	じゃが芋もち、ヤクルト	457	541	身長体重測定	 <p>今年は猛暑と高い湿度で 体温調整が難しく、体力を 奪われてしまいますね。夜に なると、虫の音が聞こえ始め 少しずつ季節が移っていくの 感じます。秋になるときのこ や巨峰、梨、里芋のなどた くさんの旬の食べ物が収穫 を迎えますが夏の疲れを残 さないように、しっかり食べて 体力をつけておきましょう。</p>
3	火	おかき、お茶	わかめ ごはん	赤魚の粕漬け、五目ナムル、みそ汁	黒ゴマカップケーキ、牛乳	431	485		
4	水	ビスコ、お茶	ごはん	親子煮、じゃが芋のカレー揚げ、五目みそ汁	おかき、チョコバナナミルク	480	511		
5	木	チーズ、お茶	ごはん	チンジャオロースー、ホタテ風フライ、塩きゅうり、スープ	プリン、えびせん	462	529		
6	金	ブリッツ、お茶	ごはん	鶏肉のから揚げ、コンビネーションサラダ、みそ汁	スチームチーズケーキ、牛乳	553	624		
7	土	おかき、お茶	めん	ラーメン、牛乳、果物	ワッフル、麦茶	337	350		
9	月	おかき、お茶	ごはん	かぼちゃのそぼろあんかけ、春雨サラダ、スープ	アイス、とんがりコーン	549	611		
10	火	アスパラガス、	めん	冷やし中華、ポークシューマイ、ブロッコリーサラダ	ベーコンポテトパイ、りんごジュース	451	488		
11	水	ウエハース、お茶	ごはん	キーマカレー、かみかみ和え、巨峰	オートミールクッキー、牛乳	561	662	避難訓練	
12	木	サッポロポテト、お茶	ごはん	チキンピカタ、マカロニサラダ、スープ	ほうれん草の白玉団子、牛乳	472	535	※年長児おやつ作り	
13	金	クッキー、お茶	ごはん	肉じゃが、野菜入り納豆、おかかブロッコリー、みそ汁	おかき、ジョア	462	474		
14	土	おかき、お茶	めん	スパゲティ、スープ、牛乳、果物	アイス、ルヴァン	420	448		
17	火	おかき、お茶	ごはん	鱈の味噌バター焼き、きゃべつの昆布和え、けんちん汁	炭酸まんじゅう、牛乳	441	496	食育の日(十五夜)	
18	水	ヨーグルト、レーズン	ごはん	ハンバーグ、野菜炒め、塩きゅうり、スープ	じゃがバター、ぶどうジュース	399	421		
19	木	野菜かりんとう、お茶	ごはん	五目豆腐煮、チキンナゲット、ミニトマト、みそ汁	フルーツ寒天、ブリッツ	428	477		
20	金	とんがりコーン、お茶	ふりかけ ごはん	いがぐり揚げ、ツナサラダ、おかかブロッコリー、スープ	ミルクフランス、牛乳	545	604		
21	土	おかき、お茶	めん	焼きそば、スープ、牛乳、果物	アイス、ベジたべる	426	456		
24	火	ゼリー、じゃこ気分	ごはん	鮭のこうじ漬け、切り干し大根の煮付け、塩きゅうり、みそ汁	大学芋、牛乳	503	505		
25	水	おかき、お茶	パン	クリームシチュー、ウィンナーソテー、グリーンサラダ、巨峰	クッキー、野菜ジュース	530	601		
26	木	ベジたべる、お茶	ごはん	茄子のはさみ揚げ、スパゲティサラダ、スープ	たい焼き、牛乳	550	607	暑さで食材も傷みやすくなっ	
27	金	ルヴァン、お茶	ごはん	豚肉の生姜焼き、かぼちゃサラダ、塩きゅうり、野菜スープ	フルーツヨーグルト、アスパラガス	471	527	ています。鮮度に気を付けて	
28	土	おかき、お茶	めん	たぬきうどん、牛乳、果物	アイス、ブリッツ	521	566	食中毒を予防しましょう。	
30	月	えびせん、お茶	めん	スパゲティミートソース、フレンチサラダ、スープ	ふかし芋、牛乳	422	475	お誕生会	