

日曜日	乳児午前 おやつ	昼食	3時	血や肉をつくるもの の 黄群	かや体温とむるもの の 黄群	体の調子をよく するもの緑群	エネルギー [Kcal]	
2月	Caせんべい	わかめごはん、鶏の照り焼き、ひじきの炒り煮、 とん汁、パン	バナナ	炊き込みわかめ 鶏肉、ひじき、 油揚げ、味噌、豚肉	米、上白糖、ごま油、 じゃがいも	人参、いんげん、大根、 こんにゃく、玉ねぎ、 バナナ	386	
3火	アンパンマン せんべい	食パン（ジャム付）、ハムカツ、 キャベツのコールスロー、モグちゃんの野菜スープ、 バナナ ★牛乳	ごま塩おにぎり☆	ハムカツ、鶏肉、 牛乳、ごま	食パン、いちご、 サラダ油、上白糖、 米	キャベツ、きゅうり、 人参、大根、玉ねぎ、 トマト、かぼちゃ、 ピーマン、バナナ	436	
4水	ムーンライト クッキー	ごはん、ちくぜん煮、栄養なっとう、みそ汁、 梨（たまご組・ひよこ組 りんご）	蒸しパン（かぼちゃ）	鶏肉、納豆、しらす チーズ、あおさ粉、 かつお節、味噌、豆腐	米、さといも、 サラダ油、上白糖、 いりごま、わかめ、 みょうろ	菊、しいたけ、人参、 ごぼう、いんげん、 長ねぎ、小松菜、 かぼちゃ、りんご	385	
5木	ほしたべよ	ごはん、たらのかりん揚げ、 ちくわとはくさいのごま和え、みそ汁、オレンジ	フルーツポンチ☆	鶏、竹輪、味噌	米、片栗粉、 サラダ油、上白糖、 すりごま、さつまいも	しょうが、白菜、 きゅうり、玉ねぎ、 オレンヂ、りんご、 みかん、黄桃缶	380	
6金	フルーツ	ハヤシライス、オムレツ、ゆでブロッコリー、 アセロラゼリー ★牛乳	ドーナツ	豚肉、鶏卵、牛乳	米、サラダ油、 アセロラゼリー、 ドーナツ	人参、玉ねぎ、 マッシュルーム、 グリーンピース、 アスパラ、コーン	462	
7土		わかめうどん、肉シューマイ、和え物、フルーツ	お菓子	蒲鉾、わかめ、 肉シューマイ、ツナ	うどん、上白糖、 サラダ油、お菓子	コーン、長ねぎ、 キャベツ、人参、 ほうれん草、フルーツ	406	
9月	<b>スポーツの日</b>							
10火	☆お誕生会☆ ほしたべよ	栗おこわ、ハンバーグ デミグラスソース、 フレンチサラダ、みそ汁、プリンアラモード	りんごの米粉マフィン☆	ハンバーグ、味噌、 生卵、大豆乳	米もち米、マロン、 サラダ油、花巻、 プリン、米粉、 コーンフレーク	人参、キャベツ、 きゅうり、コーン、 ほうれん草、みかん、 りんご	449	
11水	マンナ	ごま塩ごはん、とり肉の甘辛ゴマダレ、ふかし芋 いんげんのごま和え、みそ汁、りんごゼリー	梨 (たまご組・ひよこ組 りんご)	鶏肉、油揚げ、味噌	米、ごま、片栗粉、 サラダ油、上白糖、 さつまいも、 ぶどうゼリー	しょうが、人参、 いんげん、小松菜、 梨、りんご	443	
12木	たべっこどうぶつ	コッペパン、ボイルウインナー、 プロボンサラダ、秋やさいシチュー、バナナ	菜飯おにぎり☆	ウインナー、ツナ、 鶏肉、牛乳	コッペパン、上白糖、 サラダ油、 さつまいも、米	ブロッコリー、玉ねぎ、 人参、しめじ、菜飯、 グリーンピース、バナナ	454	
13金	スティック食パン	ごはん、ぶたみそ煮込み、ポテトサラダ、 すまし汁、柿（たまご組・ひよこ組 オレンジ）	たべっこどうぶつ	豚肉、味噌、わかめ	米、じゃがいも、 たべっこどうぶつ	大根、ごぼう、人参、 しょうが、万能ねぎ、 きゅうり、玉ねぎ、柿	385	
14土		チキンカレー、フライドポテト、サラダ、フルーツ	お菓子	鶏肉、ツナ	米、じゃがいも、 サラダ油、お菓子	玉ねぎ、人参、キャベツ、 ほうれん草、フルーツ	444	
16月	Caせんべい	とり塩うどん、はるまき、ほうれん草のおかか和え、 パン	みかん	鶏肉、春巻、 かつお節、牛乳	うどん、サラダ油、 上白糖	大根、玉ねぎ、人参、 しいたけ、小松菜、 ほうれん草、もやし、 パン、みかん	372	
17火	アンパンマン せんべい	ロールパン、コロケ、ごぼうサラダ、 コンソメスープ、バナナ ★牛乳	わかめおにぎり☆	ウインナー、牛乳、 わかめ	バターロール、 コロケ、サラダ油、 上白糖、米	ごぼう、人参、 きゅうり、コーン、 大根、粟だいらこん、 バナナ	466	
18水	ルヴァン	なめしごはん、ぶた肉の塩こうじ炒め、 シェルサラダ、みそ汁、パン	ふかし芋	豚肉、豆腐、 わかめ、味噌	米、サラダ油、 塩麹、さつまいも、 シェルマカロニ	菜めし、キャベツ、 玉ねぎ、人参、 ピーマン、 きゅうり、コーン、 パン	369	
19木	ほしたべよ	ごはん、マーボー豆腐、キャベツナムル、 ワンタンスープ、りんご ★牛乳	パンブキントースト☆	豆腐、豚肉、味噌、 ワンタン、牛乳、 鶏卵	米、片栗粉、ごま油、 上白糖、サラダ油、 食パン	ピーマン、玉ねぎ、 人参、長ねぎ、 キャベツ、椎茸、 白菜、りんご、かぼちゃ	449	
20金	フルーツ	ごはん、さばのみそ煮、厚焼たまご、 たっぷりおやさすまし汁、みかん	アンパンマンせんべい	サバ味噌、鶏卵、 わかめ、豆腐	米、上白糖、サラダ油、 カレー、せんべい	玉ねぎ、人参、小松菜、 みかん	436	
21土		ご飯、親子煮、和え物、味噌汁、フルーツ	お菓子	鶏肉、鶏卵、ツナ、 豆腐、わかめ、味噌	米、上白糖、サラダ油、 お菓子	玉ねぎ、きぬぎさ、 キャベツ、人参、 フルーツ	465	
23月	セサミビスケット	しょうゆラーメン、ぎょうざ、 ささみとほうれん草のごま和え、おうとう缶 (たまご組・ひよこ組 オレンジ)	みかん	チャーシュー、ギョーザ、 ささみ	ラーメン、ごま、 上白糖、ごま油	長ねぎ、ほうれん草、 もやし、人参、黄桃缶、 オレンジ、みかん	393	
24火	アンパンマン せんべい	秋やさいカレー、ミニハンバーグ、 ゆでブロッコリー、みかん ★牛乳	りんごとお野菜ケーキ☆	豚肉、 ハンバーグ、牛乳	米、さつまいも、 サラダ油、上白糖、 お砂糖、 お砂糖、 お砂糖	玉ねぎ、なす、 赤パプリカ、ピーマン、 しめじ、ブロッコリー、 コーン、みかん、りんご	444	
25水	マンナ	ごはん、油淋鶏（ユーリンチー）、 きゅうりサラダ、中華スープ、パン	ヨーグルト	鶏肉、ヨーグルト	米、片栗粉、 サラダ油、上白糖、 ごま、ごま油	長ねぎ、きゅうり、 人参、玉ねぎ、 チンゲンサイ、パン	428	
26木	ほしたべよ	ミートスパゲティ、さつまいもレモン煮、 ひじきとごぼうのサラダ、野菜スープ、オレンジ ★牛乳	りんごトースト☆	豚肉、ひじき、牛乳	スパゲティ、 サラダ油、上白糖、 さつまいも、ごま、 食パン	玉ねぎ、人参、りんご、 ピーマン、 レモン、ごぼう、きゅうり、 白菜、えのき、オレンジ	441	
27金	スティック食パン	そぼろごはん、あじの照り焼き、 切り干し大根の煮物、みそ汁、バナナ	ほしたべよ	豚肉、アジ、 油揚げ、豆腐、味噌	米、上白糖、サラダ油、 ほしたべよ	切干大根、人参、 小松菜、なめこ、 長ねぎ、バナナ	429	
28土		ご飯、肉じゃが、和え物、味噌汁、フルーツ	お菓子	豚肉、しらす、納豆、 豆腐、わかめ、味噌	米、じゃがいも、 上白糖、サラダ油、お菓子	玉ねぎ、人参、 グリーンピース、小松菜	464	
30月	たべっこ どうぶつ	にんじんごはん、とり肉のマーマレード焼き、 カレー風味グリルポテト、みそ汁、グレープフルーツ (たまご組・ひよこ組 オレンジ)	フルーツ	鶏肉、ベーコン、 豆腐、わかめ、味噌	米、じゃがいも、 上白糖、サラダ油	人参、マーマレード、 玉ねぎ、グレープ、 オレンジ、フルーツ	386	
31火	ケーキバイキング お菓子	わかめうどん、肉シューマイ、 もやしの中華和え、スイーツバイキング	お菓子	蒲鉾、わかめ、 肉シューマイ	うどん、ごま油、 ロールケーキ、 ハロウィンの、 きらきらとろ、お菓子	長ねぎ、もやし、 人参、きゅうり、 みかん	478	

★園ではじめて食べる食材がある場合には事前にご家庭で料理してお試ください。気持ちよい秋晴れのなか、お散歩中に松ぼっくりや落ち葉を拾ったりと自然との触れ合いを楽しんでいる子どもたち。給食では、ハロウィンの日にケーキバイキングを提供いたします。楽しみにしてください☆秋はかぼちゃやさつまいもなど食の味を楽しめる季節です。栄養バランスを考えて旬の食材をメニューに取り入れていきましょう。

