

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食	暑い日が続いていますが・ 		あわご飯 なすのみそ汁 鶏肉のネギ南蛮 野菜炒め すいか	麦ごはん 小松菜のみそ汁 松風焼き れんこんのゴママヨサラダ 梨	麦ごはん ポークカレー へちまサラダ ベビーチーズ	麦ごはん 豆腐のすまし汁 ピーマンと豚肉の味噌炒め さつまいもの甘辛煮 りんご
午後	 冷たい物を取り過ぎていませんか?		豆乳 ペンネミート	酪農牛乳 いなり寿司	酪農牛乳 ジャムトースト	酪農牛乳 はちゅぐみ
	6	7	8	9	10	11
昼食	あわご飯 小松菜の味噌汁 ポークケチャップ 粉ふき芋 ブルー	麦ごはん 山東菜のみそ汁 さばのおろし煮 いんげんソテー 梨	麦ごはん チンゲン菜のみそ汁 ちくわ磯辺揚げ 切り干し大根炒め バナナ	お弁当の日 	焼きそば 厚揚げのみそ汁 きゅうりとちくわの和え物 オレンジ	麦ごはん 中華丼 なすのみそ汁 茹とうもろこし ミニゼリー
午後	酪農牛乳 もちもちドーナツ	酪農牛乳 焼き芋	豆乳、マシュマロコーンフ レーク菓子	酪農牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	酪農牛乳 ツナサンド	酪農牛乳 マカロニきな粉
	13	14	15	16	17	18
昼食	あわご飯 山東菜のみそ 豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ ベビーチーズ	麦ごはん タコライス 大根のすまし汁 さつまいものサツと焼き 梨	麦ごはん かぼちゃのみそ汁 チキンアップルソース ゴーヤーちゃんぷるー オレンジ	麦ごはん 冬瓜のすまし汁 鮭のマヨネーズ焼 ナムル りんご	ロールパン チキンチャウダー 小松菜とコーンのゴマ和え ブルー	納豆丼 チンゲン菜のみそ汁 モーウイの甘酢和え りんご
午後	酪農牛乳 大学芋	シークワサーシャーベッ ト	豆乳 ひらやちー	酪農牛乳 かりんとう	ほうじ茶 味噌おにぎり	酪農牛乳 黒糖カステラ
	20	21	22	23	24	25
昼食	 敬老の日		麦ごはん 冬瓜のみそ汁 サバのカレー焼 かぼちゃと豚肉のうま煮 オレンジ	秋分の日 	麦ごはん ハヤシライス フルーツサラダ	麦ごはん お麩とわかめのみそ汁 鶏と野菜の旨煮 白菜サラダ パイナップル
午後	野菜ジュースA&C さつまいも蒸しケーキ		豆乳 そべポーポー		酪農牛乳 スコーン	酪農牛乳 そうめんちゃんぷるー
	27	28	29	30	消化吸収能力が未発達な子どもが冷たい物を 多くとると、胃腸の働きが低下し、 食欲が落ちたり、下痢をおこしやすくなります。 冷たすぎない飲み物での 水分補給を心がけましょう。 	
昼食	麦ごはん 挽きわり納豆 チムシンジ からし菜チャンプルー オレンジ	麦ごはん 小松菜のみそ汁 魚のオランダ揚げ ブロッコリーソテー 梨	沖縄そば(野菜) 白和え(ゴーヤー) バナナ	お弁当の日 		
午後	酪農牛乳 あげパン(ココア)	酪農牛乳 豆乳くずもち	ほうじ茶 ゆかりおにぎり	酪農牛乳 お誕生日ケーキ 		