

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 ホットケーキ 麦茶	2 鉄入りビスケット 麦茶	3 小魚せんべい 麦茶	4 くだもの	5 クッキー 麦茶
昼食		麦ごはん 鯖のカレー風焼き 胡瓜の酢の物 みそ汁 果物	麦ごはん 大根のうま煮 なめたけ和え みそ汁 果物	おたんじょうかい 麻婆豆腐 三色ナムル スープ 果物	麦ごはん 麻婆豆腐 三色ナムル スープ 果物	和風スパゲティ サラダ 牛乳 果物
午後		チーズおにぎり 牛乳	金時スコーン 牛乳	うさぎ生ドラ 牛乳	Feウエハース ヨーグルト	
午前	7 蒸かし芋 麦茶	8 ヨーグルト	9 小松菜せん 麦茶	10 ラスク 麦茶	11 お焼き 麦茶	12 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん チンジャオロース 卵焼き わかめスープ 果物	おにぎり～おにぎりの日～ 鯖と大豆の煮物 大根のツナサラダ みそ汁 果物	麦ごはん ピーマンの肉詰め 鶏ささみサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 高野豆腐煮 カラフルサラダ みそ汁 果物	麦ごはん カレー風肉じゃが 小松菜のジャコサラダ みそ汁 果物	焼き肉丼 和え物 牛乳 果物
午後	マフィン 牛乳	もちもちスイートポテト 牛乳	ドーナツ 牛乳	源氏パイ 牛乳	トマトチーズ蒸しパン 牛乳	
午前	14 ウエハース 麦茶	15 くだもの	16 チーズスティック 麦茶	17 ボーロ 麦茶	18 芋もち 麦茶	19 ウエハース 麦茶
昼食	麦ごはん 鶏肉と大豆の揚げ煮 小松菜の中華風お浸し みそ汁 果物	麦ごはん カレーライス サラスパサラダ スープ 果物	手作りお弁当	麦ごはん すき焼き風煮 キャベツの中華サラダ みそ汁 果物	パン～パンの日～ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ スープ 果物	チャーハン サラダ 牛乳 果物
午後	せんべい 牛乳	きな粉ラスク 牛乳	クッキー 牛乳	フルーツヨーグルト	今川焼き 牛乳	
午前	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 ジャムパン 麦茶	25 バナナビスケット 麦茶	26 ボーロ 麦茶
昼食				麦ごはん サバのみそ煮 小松菜のお浸し みぞれ汁 果物	麦ごはん 鶏肉と野菜の甘酢煮 トマトの酢味噌和え みそ汁 果物	焼うどん サラダ 牛乳 果物
午後						南瓜のソフトクッキー 牛乳
午前	28 わかめせん 麦茶	29 バナナクッキー 麦茶	30 蒸しパン 麦茶	3日（木）お誕生会 8日（火）おにぎりの日 さくらんぼ組は園で用意します。 16日（水）手作りお弁当 18日（金）パンの日 さくらんぼ組は園で用意します。 29日（火）手作りお弁当		
昼食	麦ごはん 鶏肉の信田煮 ピーマンのツナ和え みそ汁 果物	手作りお弁当	麦ごはん 肉豆腐 納豆和え みそ汁 果物			
午後	ジャムパン 牛乳	Caせんべい 牛乳	大学芋 牛乳			

		未満児	以上児
エネルギー (kcal)	目標量	450	400
	平均	480	402
食塩 (g)	目標量	1.2	1.5
	平均	1.3	1.6

※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。
 ※材料の都合により献立の変更があります。

食育目標

生活リズムと食事の大切さを知る。

0.1.2歳児～安定した生活リズムで体を十分に動かし、空腹感を感じる。

3歳以上児～早寝早起きをし、朝食を食べる事の大切さを知る。

		未満児	以上児
エネルギー (kcal)	目標量	450	400
	平均	480	402
食塩 (g)	目標量	1.2	1.5
	平均	1.3	1.6

※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。