

9月のこんだてひょう

ひらた乳児保育園

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	親子丼 小松菜の白和え フルーツ 冬瓜のみそ汁	ごはん なす入りマーボ豆腐 もやしの酢の物 えのきのみそ汁	ごはん 魚のチーズフライ キャベツのゆかり和え 豆腐のみそ汁	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 ほうれん草ときのこの和え物 かぼちゃのみそ汁	ごはん 肉じゃが 大根の昆布和え キャベツのみそ汁	親子遠足 
3時	チーズ えびせん 牛乳	お好み焼き 牛乳	クリームパン 牛乳	ごまチーズホットケーキ 牛乳	おにぎり 牛乳	
	9	10	11	12	13	14
昼食	納豆丼 カニカマサラダ フルーツ 油揚げのみそ汁	ごはん 鶏肉の照り焼き かみかみサラダ トマ玉汁	ごはん 魚のカレー揚げ 高野豆腐のごま和え 鶏ごぼうのみそ汁	ごはん 揚げレバーのソースからめ ひじきのナムル なめこのみそ汁	チャーハン 豚肉と厚揚げの煮物 伴三絲 ふのみそ汁	 今年の十五夜は、13日です。
3時	プリン	おからナゲット 牛乳	ドーナツ 牛乳	そうめん汁	白玉だんご 牛乳	
	16	17	18	19	20	21
昼食	敬老の日 	ナポリタン ツナサラダ フルーツ コーンと卵のスープ	ごはん 魚のきのこあんかけ 豆菜サラダ 厚揚げのみそ汁	ごはん オクラと牛肉のすき煮 きゅうりの酢の物 すまし汁	たきこみご飯 ちくわの磯部揚げ 温野菜のチーズサラダ 豚汁	
3時		おにぎり 牛乳	レーズンパン 牛乳	みそラーメン	マカロニきなこ 牛乳	
	23	24	25	26	27	28
昼食	秋分の日 	ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜の和え物 じゃが芋のみそ汁	シーチキンごはん 魚のみそ煮 ごぼうサラダ 里芋のみそ汁	ごはん 筑前煮 ネバネバサラダ ほうれん草のみそ汁	ごはん 鶏肉のから揚げ おから入りポテトサラダ しめじのみそ汁	
3時		フレンチトースト 牛乳	昆布 ビスケット 牛乳	おにぎり 牛乳	揚げパン 牛乳	
	30	 				<div style="border: 1px solid orange; padding: 10px;"> <p>日中はまだ暑い日が続いていますが、朝晩肌寒い時もあり ほんの少し秋の気配を感じられるようになりました。 季節の変わり目は体調を壊しやすいので、好き嫌いせず 栄養バランスのとれた食事を心がけ元気に過ごしましょう♪</p>  </div>
昼食	きのこ入りカレー 海藻サラダ フルーツ ポトフ					
3時	ヨーグルト					