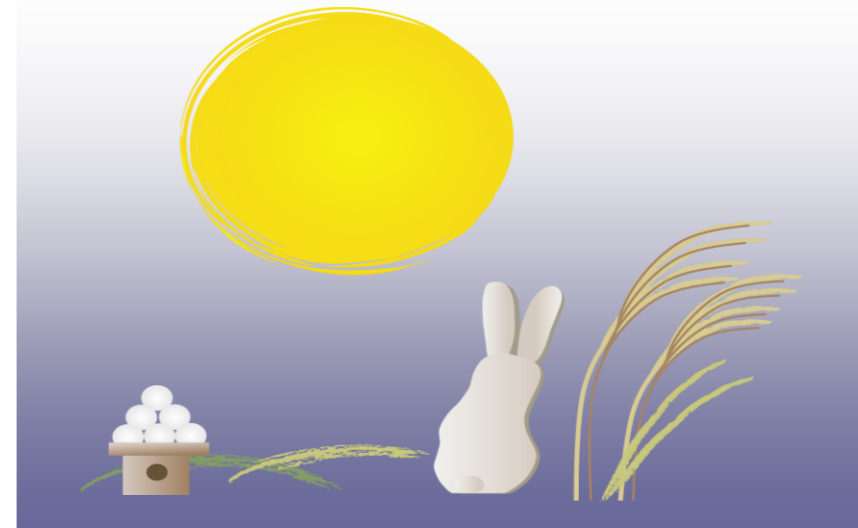


	月	火	水	3日 木	4日 金
()内は アレルギー				ゆかりごはん たらの味噌チーズ焼き(乳) さつまいも甘辛煮(ごま) みそ汁 オレンジ	ごはん ホイコーロー(ごま) 白菜サラダ(えび・かに) 春雨スープ 梨
使用食材				米、ゆかり、たら、チーズ、 さつまいも、いんげん、ごま、ご ま油、なす、大根の葉、オレンジ	米、豚肉、キャベツ、ピーマン、 赤ピーマン、もやし、ごま油、し らす干し、白菜、胡瓜、春雨、干 しいたけ、万能葱、梨
エネルギー				412kcal	363kcal
	7日	8日	9日	10日	11日
()内は アレルギー	ゆかりごはん 鶏の南部焼き(ごま) かにかまサラダ(卵・かに・大豆) みそ汁 パインアップル	ごはん 豚のバーベキューソース炒め にんじんサラダ コンソメスープ(小麦) オレンジ	黒糖ロールパン(卵・乳) 鮭のムニエル(乳) わかめサラダ(ごま) 牛乳(乳) バナナ(バナナ)	カレーライス(乳) いんげんサラダ コンソメスープ キウイフルーツ	ごはん 豆腐とえびの旨煮(大豆・えび) もやしのごま酢和え(卵・えび・かに) 豚汁(大豆) グレープフルーツ
使用食材	米、ゆかり、鶏肉、ごま、醬 油、かにかまぼこ、キャベツ、 胡瓜、人参、じゃが芋、椎茸、 パインアップル	米、豚肉、玉葱、ピーマン、 コーン、ツナ、人参、ブロッコ リー、チンゲン菜、えのきだ け、オレンジ	黒糖ロールパン、シャム、鮭、 小麦粉、バター、わかめ、大 根、人参、ごま油、牛乳、バナ ナ	米、豚肉、玉葱、人参、じゃが 芋、カレー、グリーンピー ス、いんげん、ツナ、キャベ ツ、小松菜、かぶ、コンソ メ、キウイフルーツ	米、えび、筍、長葱、きくら げ、絹ごし豆腐、きぬさや、も やし、ちくわ、ごま、豚肉、油 揚げ、ごぼう、里芋、大根、人 参、万能葱、グレープフルーツ
エネルギー	369kcal	431kcal	380kcal	423kcal	374kcal
	14日	15日	16日	17日	18日
()内は アレルギー	ごはん はまちと大根の煮物 じゃが芋のカレーきんぴら(卵・乳) 味噌汁 白桃缶	ごましおごはん(ごま) 豚のしょうが焼き スパゲティサラダ みそ汁(大豆) キウイフルーツ	おやつ フルーツサンド(卵・乳) ぶどうジュース	のりたまごはん(卵・乳・ごま・大豆) さばのネギみそ焼き(ごま) 切干大根の炒め煮(大豆) すまし汁 オレンジ	ごはん ボークビーンズ(大豆・乳) かぼちゃのサラダ(卵) コンソメスープ 梨
使用食材	米、はまち、大根、じゃが芋、 ベーコン、コーン、かぶ、しい たけ、白桃缶	米、ごま塩、豚肉、玉葱、スパ ゲティ、ブロッコリー、人参、 絹ごし豆腐、ほうれん草、キウ イフルーツ	食パン、黄桃、パイン、生ク リーム、ぶどうジュース	米、のりたまふりかけ、さば、 長葱、ごま油、鶏肉、油揚げ、 人参、切干大根、いんげん、醬 油、きぬさや、花麩、オレンジ	米、豚肉、大豆、玉葱、人参、 コーン、バター、南瓜、グリー ンピース、マヨネーズ、キャベ ツ、ピーマン、コンソメ、梨
エネルギー	406kcal	408kcal	109kcal	419kcal	425kcal
	24日	25日	秋色 メニュー		
()内は アレルギー	ごはん マーボー春雨(ごま) ひじきのサラダ(ごま) 中華スープ みかん缶	栗ごはん(かに) 照焼チーズハンバーグ(卵・乳) れんこんの味噌炒め すまし汁(小麦) りんごさんとん(りんご)			
使用食材	米、豚肉、長葱、春雨、きぬさ や、ごま油、ツナ、ひじき、人 参、胡瓜、ごま、小松菜、椎 茸、みかん缶	米、栗、舞茸、醤油、ハンバー グ、チーズ、こんにゃく、れん こん、人参、てまり麩、ほうれ ん草、さつまいも、りんご、レー ズン			
エネルギー	420kcal	451kcal			
	28日	29日	30日	秋の入り口。 栗やお芋、きのこなど 食べ物がとってもおいしくなる季節。 たくさん食べて元気に遊ぼう！	
()内は アレルギー	ごましおごはん(ごま) 鶏肉団子のケチャップ煮(卵・乳) ごぼうサラダ(ごま) みそ汁 グレープフルーツ	ごはん あじの蒲焼き風 じゃが芋のそぼろあん みそ汁(大豆) キウイフルーツ	レーズンロールパン(卵・乳) メンチカツ(卵・乳) カリフラワーサラダ 牛乳(乳) バナナ(バナナ)		
使用食材	米、ごま塩、鶏肉団子、玉葱、 いんげん、コーン、コンソメ、 ごぼう、人参、ブロッコリー、 ごま、白菜、わかめ、グレープ フルーツ	米、あじ、醤油、じゃが芋、鶏 肉、グリーンピース、もやし、 油揚げ、キウイフルーツ	レーズンロールパン、メンチカ ツ、鶏肉、カリフラワー、人 参、牛乳、バナナ		
エネルギー	403kcal	428kcal	387kcal		



9月のメニュー



なしのお話

あきのおそらに あかトンボ
たかくとんだり ひくくとんだり

みなさん、なつやすみは、たくさんあそびましたか？

なつがすぎたころ、おっきく、あま〜くなってくるのが
「なし」というくだものです。
とってもみずみずしくて、シャリシャリしています。

なしさんには、がいこくにもおともだちがいます。
「ようなし」というおなまえで、たべるとやわらかくて、
とてもいいにおいがします。

ときどき、みなさんのかおとおなじくらい、おっきい
なしさんもみつけることができます。

なしさんは、「みず」や「とうぶん」や「アスパラギンさん」
というえいようをもっています。

この3つがちからをあわせると、なつにあつくてつかれてしまったみなさんの
からだに、げんきにふつつするんですって！

こんげつのメニューにも、なしさんがとうじょうします。
デザートに、ぜひ、たべてみてくださいね☆

★アレルギーの食材に関するご注意★
原材料に卵・乳・大豆・鶏肉・牛肉・豚肉・青魚・ゼラチンなどを
含んでいる可能性があります。

*食材の納品状況に応じ、メニューの一部を変更させていただく場合がございます。