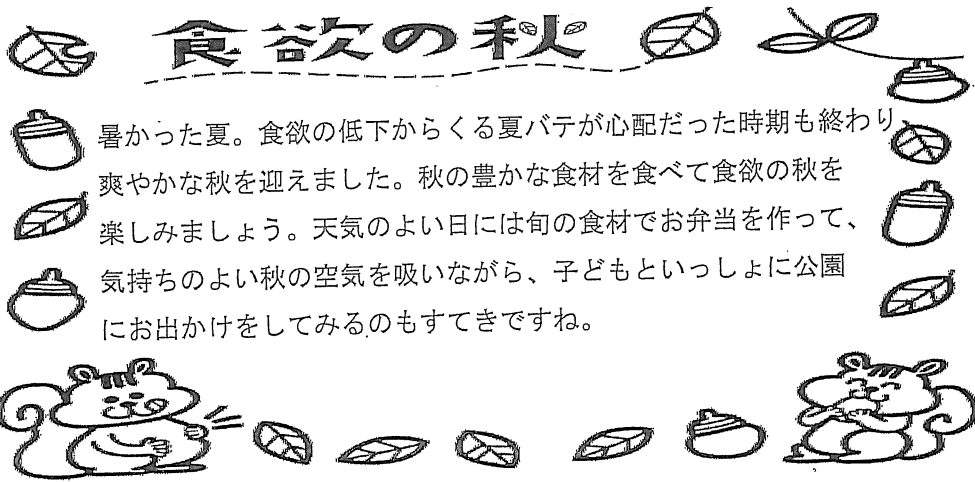


日付	曜	献立	(午前)おやつ(午後)	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
2	月	スパゲティ・ナポリタン・シーザーサラダ・牛乳	ビスケット ツナコーントースト・野菜ジュース	575	17.4	24.1	223	2.4
3	火	プチハンバーグ・プチふんわりミルク・野菜ジュース (パン注文した方のみ)	ぶどうゼリー バナナ・飲むヨーグルト(100ml)	493	11.1	7.6	128	0.2
4	水	月見井・キャベツとチーズのおかか和え・みそ汁(豆腐・わかめ)	プチお菓子 りんごの蒸しパン・麦茶	444	20.4	14.6	195	2.3
5	木	白身魚のポパイ焼き・スパゲティサラダ・食パン(ピーナツ)・白菜スープ	ビスケット おむすびくん・麦茶	520	18.2	25.6	54	3.0
6	金	チキンカツ・春雨サラダ・野菜スープ・チョコチップパン	プチお菓子 フルーツミルク寒・麦茶	506	20.6	19.5	103	3.1
10	火	プチフランク・プチふんわりいちご・野菜ジュース (パン注文した方のみ) (保育希望者のみ給食提供あり)	ビスケット 抹茶のカップケーキ・麦茶	536	14.5	18.5	61	2.2
11	水	シーフードカレー・ささみとトマトのマリネ・牛乳・福神漬	プチお菓子 キャロットのふんわり蒸しケーキ・麦茶	532	22.2	13.8	324	2.4
12	木	肉うどん・ポテトサラダ・ヨーグルト	ビスケット 鮭トースト・野菜ジュース	537	19.9	17.7	197	2.6
13	金	カレイの野菜あんかけ・キャベツサラダ・中華スープ・チーズパン	プチお菓子 こむすびちゃん・麦茶	490	18.7	18.5	85	1.7
14	土	ゼリー・おせんべい		142	3.2	0.3	10	0.4
16	月	クリームシチュー・ブロッコリーサラダ・コッペパン・ヤクルト	ビスケット 手作りプリン・麦茶	498	18.1	15.6	177	1.6
17	火	プチコロッケ・プチふんわりチョコ・野菜ジュース (パン注文した方のみ)	みかんゼリー バナナ・飲むヨーグルト(100ml)	507	13.6	8.7	134	0.2
18	水	ポークカレー・ほうれん草のごま和え・牛乳・福神漬	プチお菓子 手作りぶどうゼリー・麦茶	501	16.0	13.3	257	2.0
19	木	納豆スパゲティ・コーンスローサラダ・わかめスープ	ビスケット カルピス蒸しパン・野菜ジュース	433	15.4	12.6	123	2.1
20	金	鮭フライ・鶏肉と里芋の煮物・プチふんわりメープル・みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	プチお菓子 おむすびくん・麦茶	516	24.4	16.3	127	2.3
23	月	手ごねハンバーグ・キャベツのみそマヨ和え・プレーンパン・オニオンスープ	プチお菓子 紅茶のスコーン・麦茶	496	22.7	21.0	125	2.5
24	火	プチフィッシュ・プチふんわりオレンジ・野菜ジュース (パン注文した方のみ)	ぶどうゼリー りんごのマフィン・麦茶	521	13.0	12.0	24	0.3
25	水	ミンチカレー・フルーツヨーグルト・牛乳・福神漬	プチお菓子 手作りみかんゼリー・麦茶	491	14.1	13.4	247	1.4
26	木	焼きそば・ちくわのサラダ・牛乳	ビスケット バナナ蒸しパン・野菜ジュース	564	18.1	17.9	287	1.2
27	金	栄養すいとん・ソーセージサラダ・食パン(いちごジャム)・牛乳	プチお菓子 こむすびちゃん・麦茶	554	19.2	14.7	340	2.7
30	月	カジキの竜田揚げ・トマトのサラダ・プチパン・飲むヨーグルト(100ml) (保育希望者のみ給食提供あり)	ビスケット 黒ゴマきな粉ラスク・野菜ジュース	490	22.1	20.9	185	1.8
31	火	メロンパン・ハムサンド・野菜ジュース (パン注文した方のみ)	みかんゼリー かぼちゃのカップケーキ・牛乳	588	17.2	15.3	219	1.1



食べ

お月見

お月見とは、月の満ち欠けが農作業の大きな指標になっていたことから、月への感謝と農作の祈願をしたものです。平安時代に『中秋の名月』を祝う習慣として一般的になりました。だんごやさといもなど月に見立てた丸いものと葉先のとんがりに邪気をはらう力があるとされているススキや秋の七草をお供えします。

4日のメニューは、中秋の名月にちなみ月見井です。

お楽しみに・・・☆