

|        | 月   | 火   | 水   | 木   | 金   | 土   | 日    |
|--------|---|---|---|---|---|---|------|
| おひるごはん | <p>風にたなびくススキと丸い月が綺麗ですね〜。</p>  |   |   |   |   |   |      |
| 栄養価おやつ | <p>タイハイ(株)<br/>応援サポーター<br/>林家たい平師匠</p>  |   |   |   |   |   |      |
|        | 9月1日  |   |   |   |   |   |      |
| おひるごはん | 9月2日  | 9月3日  | 9月4日  | 9月5日  | 9月6日  | 9月7日  | 9月8日 |
|        | <p>ご飯<br/>タンドリーチキン風<br/>ポテトサラダ<br/>みそ汁</p>  | <p>ご飯<br/>ベジタブルオムレツ<br/>豚肉のおかか炒め<br/>スープ<br/>フルーツ(りんご)</p>                          | <p>ご飯<br/>助宗タラのマヨ焼き<br/>鶏肉とかぼちゃのどろみ煮<br/>みそ汁<br/>フルーツ(オレンジ)</p>                           | <p>鉄分強化! ふりかけご飯<br/>さつまいものグラタン風<br/>トマトとひじきのツナサラダ<br/>スープ</p>                         | <p>ポークカレーライス<br/>もやしとわかめのナムル<br/>フルーツ(りんご)</p>  | <p>彩りそぼろ丼<br/>大根とトマトのサラダ<br/>すまし汁</p>   |      |
| 栄養価おやつ | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>382/11.9/14.4/55.5/1.0<br>牛乳 121Kcal<br>かぶき揚げ 100Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>411/14.0/15.4/58.3/1.1<br>牛乳 121Kcal<br>マカロニきな粉 118Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>393/15.9/13.1/57.4/0.8<br>牛乳 121Kcal<br>かいかいいこ7Kcal チーズ34Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>456/14.5/16.8/64.5/1.2<br>牛乳 121Kcal<br>塩せんべい 75Kcal      | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>395/12.4/12.3/63.6/1.4<br>牛乳 121Kcal<br>メロンパンクッキー 101Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>395/12.4/12.3/63.6/1.2<br>牛乳 121Kcal<br>ベジタべる 30Kcal            |      |
| おひるごはん | 9月9日  | 9月10日   | 9月11日   | 9月12日   | 9月13日   | 9月14日   |      |
|        | <p>ご飯<br/>助宗タラのカレー風味揚げ<br/>豚肉とキャベツサラダ<br/>みそ汁<br/>フルーツ(りんご)</p>                   | <p>親子丼<br/>切干大根とツナの和え物<br/>みそ汁</p>  | <p>鉄分強化! ふりかけご飯<br/>白系タラの南蛮漬汁<br/>筑前煮<br/>みそ汁<br/>フルーツ(バナナ)</p>                           | <p>ご飯<br/>鮭と小松菜の炒め物<br/>鶏肉と白菜煮<br/>みそ汁<br/>フルーツ(りんご)</p>                              | <p>ご飯<br/>豆腐の肉野菜あんかけ<br/>さつまいもチーズサラダ<br/>みそ汁<br/>フルーツ(白桃缶)</p>                        | <p>鉄分強化! ふりかけご飯<br/>鶏じゃが<br/>きゅうりとトマトのサラダ<br/>みそ汁</p>                                       |      |
| 栄養価おやつ | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>383/15.0/12.8/55.6/0.8<br>牛乳 121Kcal<br>卵ボーロ 70Kcal   | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>368/14.7/11.1/56.0/1.5<br>牛乳 121Kcal<br>マカロニきな粉 118Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>348/11.9/7.9/59.6/1.1<br>牛乳 121Kcal<br>かいかいいこ7Kcal チーズ34Kcal  | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>354/15.3/9.2/56.2/1.0<br>牛乳 121Kcal<br>サッポロポテトバーベQ 39Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>449/15.6/14.4/68.0/1.4<br>牛乳 121Kcal<br>水ようかん 31Kcal      | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>391/13.9/12.5/61.1/1.2<br>牛乳 121Kcal<br>サッポロポテトつぶつぶベジタブル 39Kcal |      |

※都合により、献立を変更する場合がございます。