|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ２（月） | ３（火） | ４（水） | ５（木） | **６（金）** |
| 昼食 | 防災食 | 　　　　　　　　　ごはんポークケチャップなます風サラダブロッコリーときのこのごま酢和え若布スープ　バナナ | お弁当業者に発注します（ヨシオカ弁当）　 | 　　　　　　　　　ごはん豆腐ハンバーグもやしナムルプチトマトキャベツスープ　バナナ | ごはんひじき入り厚焼き卵れんこんのごまネーズ和えプチトマトしいたけと若布のスープ　オレンジ |
| 午後 | スタミン　ぱりんこ | 　　　　牛乳　ココナッツサブレ | プッチンプリン | 　　　　　　 牛乳　雪の宿 | 牛乳　たべっ子どうぶつ |
| エネルギー | ９８Kcal | ４９０Kcal | ９２Kcal | ５６２Kcal | ５１７Kcal |
| 日 | **９（月）** | **１０（火）** | **１１（水）** | **１２（木）** | **１３（金）** |
| 昼食 | ごはん鶏の照り焼きほうれん草とコーンのツナ和えプチトマト切干大根の味噌汁　オレンジ | ごはん鯖の味噌煮ブロッコリーソテー甘酢和え豆腐とえのきのすまし汁　バナナ | ごはん豚肉と厚揚げの和風炒めもやしのゆかり和えプチトマト春雨とにらのスープ　キウイ | ごはん白身魚の野菜ケチャップかけきゅうりの酢の物かぼちゃサラダえのきとチキンのスープ　バナナ | ごはんポパイレバーもやしと油揚げの中華和えおかか和え　春雨スープなし |
| 午後 | 牛乳　とんがりコーン | 牛乳　星たべよ | 牛乳　エントリー | 　　　牛乳　つぶつぶベジタブル | 牛乳　かっぱえびせん |
| エネルギー | ５５４Ｋｃａｌ | ５３３Ｋｃａｌ | ４７７Kcal | 　　　　　　５７１Kcal  | ５７４Kcal |
| 日 | **1６（月）** | **１７（火）** | **１８（水）** | **１９（木）** | **２０（金）お楽しみ会** |
| 昼食 |  | お弁当　業者に発注します（ヨシオカ弁当） | 　　　　　　　 　ごはん 豚の生姜焼きキャベツフレンチプチトマトブロッコリースープ　オレンジ | ごはん豆腐とはんぺんのふわふわ焼き小松菜のカリカリベーコンサラダプチトマトしいたけと青菜のスープ　バナナ | ひじきごはんマーマレードチキン野菜サラダプチトマトコロコロスープ　オレンジ |
| 午後 |  | スタミン　源氏パイ | 牛乳　アスパラガスビスケット | 牛乳　ぽたぽた焼き | 牛乳　ミルク蒸しパン |
| エネルギー | Kcal | １６２Kcal | ４８２Kcal | ４６４Kcal | ５１７Kcal |
| 日 | **２３（月）** | **２４（火）** | **２５（水）** | **２６（木）** | **２７（金）** |
| 昼食 |  | ごはん白身魚のキャロット焼き磯煮グリーンサラダビーンズスープ　バナナ | ごはん鶏のから揚げさつま芋のオレンジ煮ボイルブロッコリー油揚げと若布の味噌汁　りんご | ごはん赤魚のレモンソースりんごサラダプチトマトえのきともやしのスープ　バナナ | 遠　　足 |
| 午後 |  | 牛乳　ベジたべる | 牛乳　キャラメルコーン | 牛乳　サラダ薄焼き | アンパンマンジュース　ミニドーナツ |
| エネルギー | Kcal | ５７４Kcal | ５４９Kcal | ５１９Kcal | ９７Kcal |
| 日 | ３０（月） |  |  |  |  |
| 昼食 | ごはん豆腐のきのこあんかけキャベツとにんじんの昆布和えしめじの野菜スープ　プチトマトオレンジ |  |  | 　　　 |  |
| 午後 | 牛乳　ミレービスケット |  |  |  |  |
| エネルギー | ４５２Kcal |  |  |  |  |

児童発達支援センター伊予くじら

９月の予定献立表













敬老の日