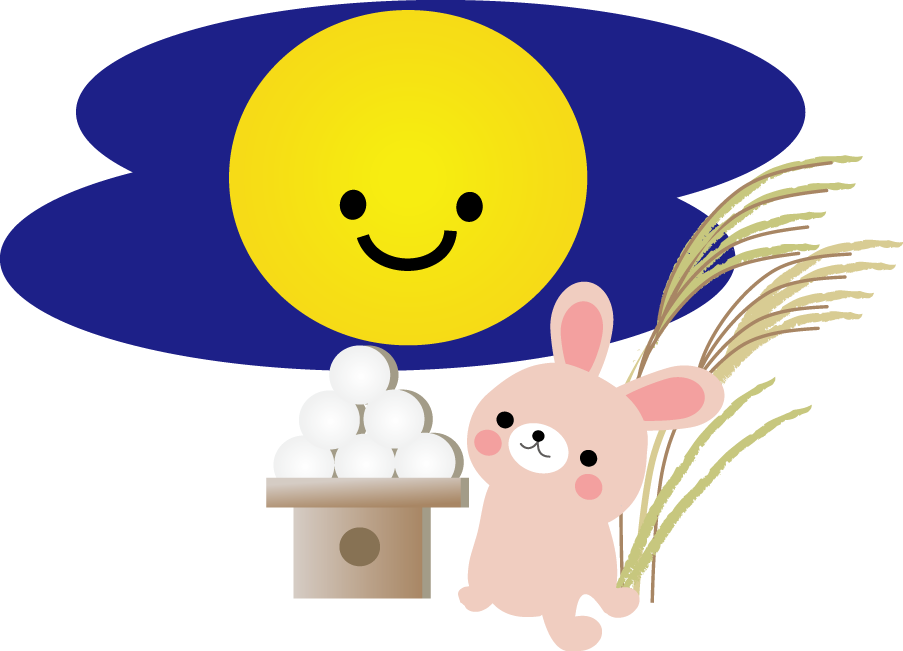
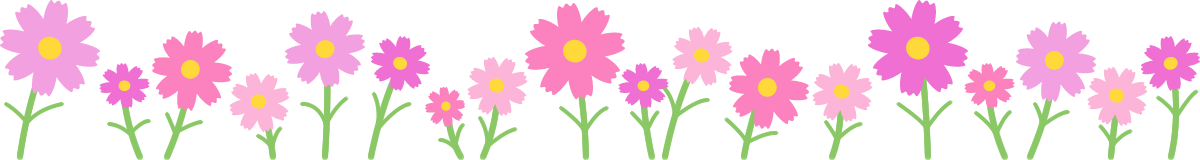
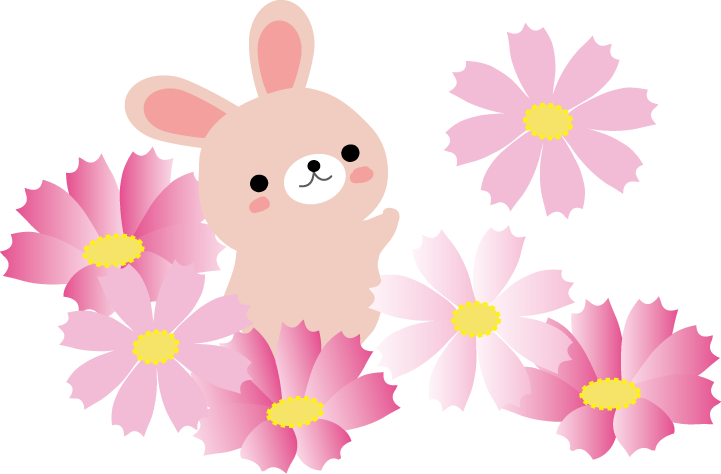
４９１









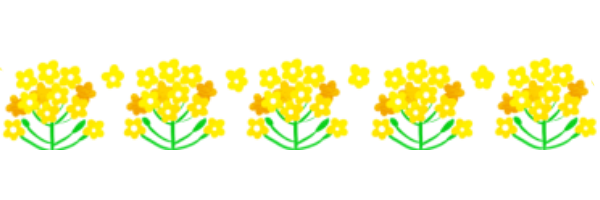
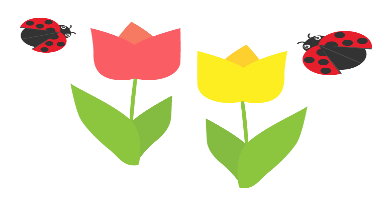


|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日 |  |  |  |  | **１（金）防災食** |
| 昼食 |  |  |  |  | 牛丼  キャベツと人参の昆布和え  じゃが芋の味噌汁  バナナ |
| 午後 |  |  |  |  | プッチンプリン |
| エネルギー |  |  |  |  | ５２５Kcal |
| 日 | **４（月）** | **５（火）** | **６（水）** | **７（木）** | **８（金）** |
| 昼食 | ごはん  マーボー豆腐  なます風サラダ　プチトマト  若布スープ  キウイ | ごはん  魚のかば焼き風  キャベツフレンチ  ちくわにんじんこんにゃく炒め  ミネストローネ　バナナ | ごはん  若鶏のレモン煮  もやしのナムル  プチトマト  キャベツスープ　オレンジ | ごはん  さばの梅しょうが煮  小松菜のごま和え  しいたけのマヨネーズ焼き  ベーコンスープ　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  しいたけと若布のスープ  プチトマト　オレンジ |
| 午後 | 牛乳　雪の宿 | 牛乳　じゃがりこサラダ | 牛乳　星たべよ | 牛乳　ビスケット | 牛乳　源氏パイ |
| エネルギー | ５１７Kcal | ５２６Kcal | ５６３Kcal | ６３１ｋcal | ５８０Kcal |
| 日 | **１１（月）** | **１２（火）** | **１３（水）** | **１４（木）** | **１５（金）お楽しみ会** |
| 昼食 | ごはん  プルコギ炒め  小松菜とひじきのサラダ  プチトマト　若布の味噌汁  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  しいたけとチンゲン菜のスープ  プチトマト　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　梨 | ごはん  魚のムニエル  かぼちゃサラダ  プチトマト　なめこ汁  バナナ | 三色おにぎり  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 | 牛乳　おにぎりせんべい | 牛乳　ミニドーナツ | 牛乳　サラダ薄焼き | 牛乳　こつぶっこ | 牛乳　　ミルク蒸しパン |
| エネルギー | ４９７Kcal | ４３８Kcal | ５５１Kcal | ４９４Kcal | ４９６Kcal |
| 日 | **１８（月）** | **１９（火）** | **２０（水）遠足** | **２１（木）** | **２２（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 | もみじごはん  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  たこさんウインナー　りんご | ごはん  魚のレモンソース  りんごサラダ  トマト南蛮和え  えのきともやしのスープ　バナナ | ごはん  豚の生姜焼き  キャベツのゆかり和え  プチトマト　鶏肉と若布のスープ  キウイ |
| 午後 |  | 牛乳　ベジ食べる | スタミン　キャラメルコーン | 牛乳　かっぱえびせん | 牛乳　たべっ子どうぶつ |
| エネルギー | l | ５７４Kcal | ５７１Kcal | ５５１Kcal | ４９３Kcal |
| 日 | ２５（月） | ２６（火） | ２７（水） | **２８（木）** | **２９（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  キャベツのごまサラダ  しいたけとえのきの野菜スープ  バナナ | ごはん  韓国風焼きとり  コーンともやしの酢の物  プチトマト  ブロッコリースープ　オレンジ |
| 午後 | 牛乳　とんがりコーン | 牛乳　ココナッツサブレ | 牛乳　エントリー | 牛乳　サッポロポテト | 牛乳　ミレービスケット |
| エネルギー | ５５３Kcal | ５０８Kcal | ４７７Kcal | ４７３Kcal | ５０４Kcal |



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