
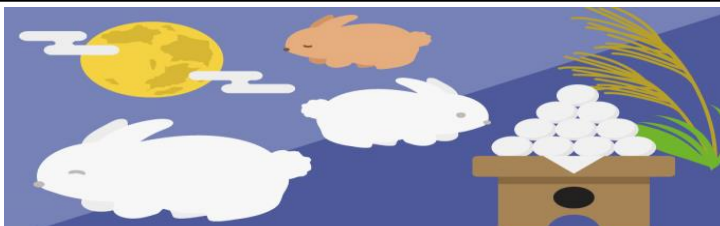




# 9月の予定献立表



児童発達支援センター伊予くじら

日				1(木)	2(金)
昼食				ごはん さばと野菜の甘酢あんかけ かぼちゃの甘煮 ブチマト ブロッコリースープ バナナ	ごはん 手作りナゲット キャベツの胡麻和え カラフルピーマン炒め トマトスープ オレンジ
午後				牛乳 おとっと	牛乳 ビスコ
エネルギー				579Kcal	536Kcal
日	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)お楽しみ会
昼食	ごはん ひじき入り厚焼き玉子 れんこんのごまネーズ和え 若布スープ パインアップル	ごはん 豆腐とはんぺんのフワフワ焼き 小松菜のカリカリベーコンサラダ ブチマト えのき入り豚肉スープ バナナ	牛丼 キャベツと人参の昆布和え バナナ	ごはん 魚のムニエル かぼちゃサラダ ブロッコリーソテー クリームスープ キウイ	三色おにぎり マーマレードチキン 野菜サラダ ブチマト はんぺんのすまし汁 メロン
午後	牛乳 おにぎりせんべい	牛乳 麦ファー	プッチンプリン	牛乳 こつぶっこ	フルーツヨーグルト
エネルギー	507Kcal	475Kcal	476Kcal	545Kcal	488Kcal
日	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
昼食	ごはん マーボー豆腐 拌三絲 ブチマト 若布スープ キウイ	ごはん 魚のインド風唐揚げ 甘酢和え アスパラのごま和え 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 ブチマト キャベツスープ オレンジ	ごはん 鯖の梅しょうが煮 白菜のごま酢和え アスパラと玉ねぎの味噌汁 バナナ	ごはん ブルコギ炒め 小松菜とひじきのサラダ ブチマト もやしの味噌汁 パインアップル
午後	牛乳 ジャムサンド	牛乳 じゃがりこサラダ	牛乳 ベルギーワッフル	牛乳 星食べよ	牛乳 源氏パイ
エネルギー	618Kcal	557Kcal	595Kcal	472Kcal	549Kcal
日	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
昼食	<b>敬老の日</b>	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 鶏の照り焼き ほうれん草とコーンのツナ和え ブチマト 切り干し大根の味噌汁 オレンジ	ごはん 魚の南蛮漬け ブロッコリーサラダ トマト南蛮和え ベーコンチャウダー バナナ	<b>秋分の日</b>
午後		牛乳 ベジたべるあっさり	牛乳 キャラメルコーン	牛乳 かっぱえびせん	
エネルギー		574Kcal	556Kcal	603Kcal	
日	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
昼食	ごはん 豚肉の生姜焼き ちりめんサラダ 鶏肉と若布のスープ パインアップル	ごはん 鯖の味噌煮 ほうれん草サラダ かぼちゃのチーズ焼き 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 ブチマト 春雨とにらのスープ キウイ	ごはん 魚のタルタルソースかけ 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 牛肉とごぼうの煮物 トマトときゅうりの酢みそ和え キャベツソテー 大根の味噌汁 梨
午後	牛乳 たべっ子どうぶつ	牛乳 とんがりコーン	牛乳 ミルク蒸しパン	牛乳 サッポロポテつぶつぶ	牛乳 ビスケット
エネルギー	528Kcal	611Kcal	455Kcal	548Kcal	515Kcal