

9月 3歳未満 アレルギー対応献立						
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付				1日	2日	3日
午前おやつ				牛乳	牛乳	牛乳
昼食		9月 こんだてひょう			豚汁うどん(米粉) 青のりポテト チンゲン菜の納豆和え りんご	ごはん 鶏肉じゃが れんこんとにんじんの金平 みそ汁(生揚げ・玉ねぎ)
午後おやつ					牛乳 こざかなチャーハン	牛乳 しらす入り五平餅
カロリー				486 kcal	450 kcal	427 kcal
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏の照り焼き かぼちゃのサラダ(ドレッシング) みそ汁(じゃがいも・にんじん)	ドライカレー ごぼうとれんこんのマヨドレ和え すまし汁(にんじん・わかめ)	ごはん チキンチャップ キャベツとにんじんのコーンサラダ 豆乳ポタージュ(こまつな・ベーコン)	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのごま和え みそ汁(玉ねぎ・なす) マスカットゼリー	ごはん 鮭のフライ(米粉) こまつなのナムル みそ汁(はくさい・にら) バナナ	ごはん 鶏ももとじゃがいもの煮物 はくさいの海苔和え みそ汁(だいこん・わかめ)
午後おやつ	牛乳 ミートスパ(米粉)	牛乳 オレンジゼリー コーンのおほしさま	牛乳 菜めしにぎり	牛乳 あずきかん(豆乳) Oisixお野菜せんべい	牛乳 さといもきなこ団子	牛乳 スイートパンプキン(豆乳)
カロリー	464 kcal	444 kcal	498 kcal	433 kcal	496 kcal	420 kcal
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ふりかけごはん さばの香味焼き きゅうりとにんじんの酢の物 みそ汁(じゃがいも・しめじ)	ごはん 麻婆豆腐 ブロッコリーのナムル 中華スープ(玉ねぎ・ほうれん草)	ごはん かれのいの煮つけ こまつなとにんじんのおかか和え みそ汁(キャベツ・ごぼう) なし	ごはん 鶏肉の甘だれ焼き ひじきのハムサラダ みそ汁(さといも・えのき)	豚汁うどん(米粉) 青のりポテト チンゲン菜の納豆和え りんご	ごはん 鶏肉じゃが れんこんとにんじんの金平 みそ汁(生揚げ・玉ねぎ)
午後おやつ	牛乳 おからクッキー(米粉)	牛乳 お好み焼き(米粉)	牛乳 手作り揚げパン(米粉)	牛乳 レーズン蒸しパン(米粉)	牛乳 こざかなチャーハン	牛乳 しらす入り五平餅
カロリー	440 kcal	443 kcal	550 kcal	463 kcal	450 kcal	427 kcal
日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
午前おやつ		牛乳	牛乳	牛乳		牛乳
昼食		ドライカレー ごぼうとれんこんのマヨドレ和え すまし汁(にんじん・わかめ)	ごはん チキンチャップ キャベツとにんじんのコーンサラダ 豆乳ポタージュ(こまつな・ベーコン)	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのごま和え みそ汁(玉ねぎ・なす) マスカットゼリー	秋分の日 	
午後おやつ		牛乳 オレンジゼリー コーンのおほしさま	牛乳 菜めしにぎり	牛乳 あずきかん(豆乳) Oisixお野菜せんべい		
カロリー		444 kcal	498 kcal	433 kcal		420 kcal
日付	26日	27日	28日	29日	30日	
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ふりかけごはん さばの香味焼き きゅうりとにんじんの酢の物 みそ汁(じゃがいも・しめじ)	ごはん 麻婆豆腐 ブロッコリーのナムル 中華スープ(玉ねぎ・ほうれん草)	ごはん かれのいの煮つけ こまつなとにんじんのおかか和え みそ汁(キャベツ・ごぼう) なし	ごはん 鶏肉の甘だれ焼き ひじきのハムサラダ みそ汁(さといも・えのき)	ごはん 鶏のから揚げ(おかか) かぼちゃのマヨドレサラダ コンソメスープ(玉ねぎ・こまつな)	 
午後おやつ	牛乳 おからクッキー(米粉)	牛乳 お好み焼き(米粉)	牛乳 手作り揚げパン(米粉)	牛乳 レーズン蒸しパン(米粉)	牛乳 りんごケーキ(米粉)	
カロリー	440 kcal	443 kcal	550 kcal	463 kcal	510 kcal	