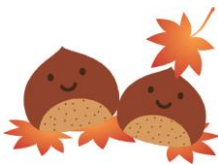




9月になり、夜は涼しくなりますね。
日中のお日様が出ている時は暖かいのですが、夜寒くなるので、なにか羽織るものを持ってでかけるようにしましょうね。
9月は秋の味覚と呼ばれ、旬の食材がたくさんあります。
旬の食材をたくさん食べて元気に過ごしましょうね。



月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日
白飯120g ◎豚肉のチーズ焼き ◎赤ウインナー ◎コーンソテー ◎トマトスパゲティ ◎オレンジ	白飯120g ◎メンチカツ ◎厚焼き玉子 ◎スパゲティ付け合わせ ◎たまねぎとベーコンの塩タレ炒め ◎リンゴ缶	秋の遠足 ☆お弁当の日です!!	白飯120g ◎たらこのムニエル ◎ミニハンバーグ ◎さつま芋マヨ ◎オクラスパゲティ ◎グレープフルーツ	パンの日
大豆・豚・乳・牛・鶏・ゼラチン・小麦・オレンジ	小麦・乳・牛・ごま・大豆・鶏 豚・りんご・ゼラチン・卵		小麦・乳・大豆・鶏・豚	
8日	9日	10日★冷やし麺の日★	11日	12日
白飯120g ◎ますのカレームニエル ◎カレーマヨ ◎動物高野煮 ◎ブロッコリー ◎ペンネのケチャップ炒め ◎黄桃缶	白飯120g ◎チーズハンバーグ ◎バターコロッケ ◎コーンソテー ◎青菜入り春雨炒め(ひき肉) ◎オレンジ	◎ゆでうどん ◎うどん汁 具 ◎ほうれん草 ◎天かす ◎はなまぼこ ◎ポテトサラダ ◎白桃缶	白飯120g ◎春巻き ◎肉だんご ◎スパゲティ付け合わせ(大根菜) ◎南瓜のそぼろ煮 ◎パイン缶	パンの日
さけ・小麦・大豆・豚・鶏・もも	小麦・乳・鶏・豚・卵・大豆 ごま・オレンジ	小麦・乳・大豆・卵・もも	小麦・ごま・大豆・鶏・豚・乳	
15日	16日	17日	18日	19日
敬老の日	カレーの日 ☆白ご飯持参	白飯120g ◎かに玉 ◎甘酢ソース ◎赤ウインナー ◎ブロッコリー ◎ツナとマカロニのケチャップ炒め ◎オレンジ	白飯120g ◎とんかつ ◎ケチャップ ◎動物高野煮 ◎コーンソテー ◎ミートソースうどん ◎白桃缶	パンの日
		卵・小麦・かに・大豆・鶏・りんご 牛・豚・ゼラチン・オレンジ	小麦・乳・大豆・豚 鶏・もも	
22日	23日	24日★お楽しみメニュー★	25日	26日
白飯120g ◎チキンカツ ◎中濃ソース ◎動物高野煮 ◎にんじんグラッセ ◎ナポリタン ◎グレープフルーツ	秋分の日	白飯120g ◎コーンごはん ◎チヂミ ◎中濃ソース ◎肉しゅうまい ◎えだまめ ◎きのこトマトスパゲティ ◎リンゴ缶	白飯120g ◎白身魚フライ ◎タルタルソース ◎赤ウインナー ◎ブロッコリー ◎中華風春雨炒め ◎オレンジ	パンの日
小麦・乳・大豆・鶏・豚		乳・大豆・小麦・卵・豚・鶏 ゼラチン・りんご	小麦・大豆・牛・鶏・豚 ゼラチン・ごま・オレンジ	
29日	30日	  QRコードを讀んでいただく と 本日のお弁当が 見れます！ (食缶給食の場合は見れません)		
白飯120g ◎中華煮込ハンバーグ ◎揚げギョウザ ◎かぼちゃのマッシュ ◎ビーフン炒 ◎リンゴ缶	白飯120g ◎豚肉のケチャップ焼き ◎肉しゅうまい ◎にんじんグラッセ ◎オクラスパゲティ ◎グレープフルーツ			
小麦・乳・鶏・豚・ごま・大豆 牛・りんご	大豆・豚・小麦・鶏・卵 ゼラチン・乳			

☆フレア給与栄養量☆

●3～5歳児：エネルギー：390kcal
蛋白質：6g～7.5g
脂 質：8.4g～12.7g
食塩相当量：1.0g～1.1g未満

※お米は道産ななつぼしブレンド米を使用しています。

 株式会社フレアサービス