

月		火		水		木		金		土	
<b>ごはん</b> 米 <b>ごまだれチャブチ</b> 豚肉・胡麻・香海・もやし・人参 <b>トマト</b> トマト <b>スープ/くだもの</b> コーン・オクラ/パイン	白粥 豚煮 野菜煮 スープ	<b>枝豆ごはん</b> 米・枝豆 <b>サラダ</b> 切干大根・人参・ツナ・胡瓜 <b>野菜メンチ</b> 豚肉・玉葱・チーズ・パプリカ・モロヘイヤ <b>みそしる / くだもの</b> モズク・豆腐/バナナ	枝豆粥 豚煮 野菜煮 みそしる	<b>梅菜蘇ごはん</b> 米・梅干・唐しそ <b>カレーの田楽焼き</b> 豚 <b>じゃが芋キンピラ</b> じゃが芋・法蓮草 <b>みそしる/くだもの</b> 茄子・鮎/みかん	梅粥 煮魚 野菜煮 みそしる	<b>のりたまごはん</b> 米・のりたま <b>つくね</b> 鶏肉・チーズ・玉葱・胡麻 <b>ごま酢和え/トマト</b> キャベツ・胡瓜・人参・竹輪・胡麻/トマト <b>みそしる/くだもの</b> わかめ・豆腐/パイン	白粥 鶏煮 サラダ みそしる	<b>ごはん</b> 米(口や姫) <b>玉子焼き</b> 卵・納豆・オクラ <b>芋煮汁</b> 豚肉・里芋・椎茸・人参・こんにゃく・牛蒡・厚揚げ <b>くだもの</b> 梨(刈谷)	白粥 玉子焼き 芋煮汁	<b>豚丼</b> 米・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・白滝・青豆・椎茸 <b>麦茶</b> 麦茶 <b>くだもの</b> みかん	白粥 豚煮 麦茶
<b>ポークビーンズパスタ</b> スパゲティ・豚肉・ベーコン・大豆・玉葱・ピーマン・人参・セロリ <b>サラダ</b> キャベツ・胡瓜・コーン <b>スープ / くだもの</b> わかめ・もやし/パイン	パスタ煮 豚煮 野菜煮 スープ	<b>ごはん</b> 米 <b>青椒肉絲</b> 豚肉・玉葱・しめじ・ピーマン <b>和え物</b> 白菜・胡瓜・人参・ミカン・コーン <b>みそしる / くだもの</b> じゃが芋・厚揚げ/黄桃	白粥 豚煮 野菜煮 みそしる	<b>わかめごはん</b> 米・わかめ <b>手作り薩摩揚げ</b> すり身・牛蒡・人参・玉葱・枝豆 <b>ごま和え</b> 小松菜・もやし・人参・胡麻 <b>みそしる/くだもの</b> しめじ・茄子/バナナ	わかめ粥 鶏煮 野菜煮 みそしる	<b>ごはん</b> 米 <b>鮭の味噌マヨ焼き</b> 鮭・玉葱・パプリカ <b>煮物</b> 切干大根・人参・薄揚げ <b>すまし汁 / くだもの</b> 法蓮草・椎茸/林檎	白粥 煮魚 煮物 すまし汁	<b>ごはん</b> 米 <b>サラダ</b> ブロッコリー・人参 <b>お月様ハンバーグ</b> 豚肉・玉葱・卵 <b>満月スープ / くだもの</b> 薩摩芋・わかめ・鮎/みかん	白粥 そばろ煮 野菜煮 スープ	<b>ハッシュドライス</b> 米・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・青豆・マッシュルーム <b>麦茶</b> 麦茶 <b>くだもの</b> パイン	白粥 豚煮 麦茶
<b>敬老の日</b>	<b>ごはん</b> 米 <b>鶏のBBQソース</b> 鶏肉・林檎・葱 <b>サラダ</b> 南瓜・胡瓜・チーズ・トマト <b>スープ/くだもの</b> 豆腐・オクラ・葱/みかん	白粥 鶏魚 野菜煮 スープ	<b>ごはん</b> 米 <b>焼き魚</b> 鮭 <b>ビーフン炒め</b> ビーフン・豚肉・玉葱・人参・椎茸・ピーマン <b>みそしる / くだもの</b> 茄子・鮎/梨	白粥 煮魚 野菜煮 みそしる	<b>彩葉ごはん</b> 米・栗・人参・しめじ・薄揚げ・枝豆 <b>白身魚フライ</b> 白身魚 <b>ゆで野菜 / トマト</b> キャベツ・人参/トマト <b>すまし汁 / くだもの</b> 豆腐・法蓮草・花鮎/黄桃	彩粥 煮魚 野菜煮 すまし汁	<b>カレー</b> 米・鶏肉・薩摩芋・玉葱・人参・しめじ・青豆 <b>サラダ</b> トマト・胡瓜・コーン <b>ソーセイジフライ</b> <b>麦茶 / くだもの</b> 麦茶 / みかん	白粥 鶏煮 野菜煮 麦茶	<b>運動会</b>	白粥 肉じゃが 麦茶	
<b>秋分の日</b>	<b>ごはん</b> 米 <b>ごま胡瓜</b> 胡瓜・キャベツ・胡麻 <b>ポークチャップ</b> 豚肉・じゃが芋・玉葱・ピーマン・人参 <b>スープ / くだもの</b> しめじ・卵・葱/バナナ	白粥 豚煮 野菜煮 スープ	<b>ごはん</b> 米 <b>サバの味噌焼き</b> 鮭 <b>醤油フレンチ / くだもの</b> キャベツ・胡瓜・竹輪/林檎 <b>うどん汁</b> うどん・厚揚げ・法蓮草・人参・葱・椎茸	白粥 煮魚 野菜煮 うどん汁	<b>ごはん</b> 米 <b>大学芋</b> 薩摩芋・胡麻 <b>炒り豆腐</b> 豆腐・鶏肉・芽ヒジキ・椎茸・人参・福元・玉葱 <b>みそしる / くだもの</b> もやし・小松菜/みかん	白粥 薩摩芋煮 炒り豆腐 みそしる	<b>ピラフ</b> 米・玉葱・人参・コーン・青豆 <b>トマト</b> トマト <b>グラタン</b> 鶏肉・玉葱・スパゲティ・ブロッコリー <b>スープ / くだもの</b> 南瓜・玉葱/パイン	トマト粥 グラタン 野菜煮 スープ	<b>シチューごはん</b> 米・鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・コーン <b>麦茶</b> 麦茶 <b>くだもの</b> みかん	白粥 クリーム煮 麦茶	
<b>ちゃんぽんうどん</b> うどん・豚肉・法蓮草・もやし なると <b>のりポテト</b> じゃが芋・青海苔 <b>麦茶 / くだもの</b> 麦茶 / 林檎	煮込み麺 ポテト煮 麦茶	<b>自分で食べられる工夫を</b> 子どもが自分の手でつかんで食べられるようになってきたら、おにぎりやゆで野菜等、手づかみしやすいものを準備しましょう。最初は口に詰め込みすぎて、出したりしますが、だんだんと自分の一口の量がわかってきます。スプーンやお箸を持たせるのも、急がず、ゆっくり進めていきましょう。それよりも、子どもが「自分で食べたい」気持ちを大切に育てていきましょう。									

# 献立表

9月

☆ 離乳食は普通食に準じるものとし、その園児に合わせたやわらかさと量にします。また、天候や仕入れ状況、出席人数により、献立内容が変わることがありますので、ご了承ください。