

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|--|---|---|
|  |  |  | 1 高野豆腐の中華風炒め・小松菜のおかか和え・もずくスープ・パイナップル 〔9時〕 ①牛乳・つな揚 ②牛乳・黒かりんとう 〔3時〕 皿うどん | 2 トンカツ・ポイルブロックリー・きゅうりと油揚げの酢の物・さつま汁の味噌汁・オレンジ 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 牛乳・やせうま | 3 親子丼・たくあん・海藻サラダ・ぶどう 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 飲むヨーグルト・メープルマフィン |
| 5 納豆汁・白雪ひじき・オレンジ 〔9時〕 ①牛乳・ハーベスト ②牛乳・醤油せんべい 〔3時〕 じゃこチャーハン | 6 鶏肉とさつま芋の洋風煮・ホーレン草とちくわの甘辛おひたし・なめこの味噌汁・パイナップル 〔9時〕 ①飲むヨーグルト・かすてらぼーろ ②飲むヨーグルト・黒かりんとう 〔3時〕 お好み焼き | 7 牛肉とごぼうの炒め煮・ツナ入りサラダ・オニオンスープ・ぶどう 〔9時〕 ①牛乳・つな揚 ②牛乳・歌舞伎揚げ 〔3時〕 牛乳・ブラウニー | 8 ホイコーロー・マロニーの酢の物・じゃが芋の味噌汁・キウイ 〔9時〕 ①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・かすてらぼーろ 〔3時〕 牛乳・ジャムサンド | 9 魚のゆかり揚げ・ポイルブロックリー・もやしの中華和え・キノコスープ・バナナ 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 寒天入りフルーツポンチ | 10 中華丼・たくあん・南瓜サラダ・オレンジ 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 飲むヨーグルト・メロンパン |
| 12 ハヤシライス・福神漬け・ナムル・パイナップル 〔9時〕 ①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・かすてらぼーろ 〔3時〕 牛乳・さつま芋のパン | 13 魚の西京焼き・ポイルキャベツ・切り干し大根の煮物・すまし汁・キウイ 〔9時〕 ①飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ ②飲むヨーグルト・醤油せんべい 〔3時〕 焼きビーフン | 14 鶏肉のガーリック炒め・ひじきの酢の物・南瓜の味噌汁・バナナ 〔9時〕 ①牛乳・ハーベスト ②牛乳・黒かりんとう 〔3時〕 牛乳・スイートポテト | 15 大豆のチリコンカン・ササミ入り和え物・チンゲン菜とカニのスープ・オレンジ 〔9時〕 ①牛乳・つな揚 ②牛乳・歌舞伎揚げ 〔3時〕 クリームスパゲティ | 16 唐揚げ・ポイルキャベツ・カニカマ入り酢の物・ナスの味噌汁・ぶどう 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 牛乳・チョコチップ蒸しパン | 17 カレーライス・福神漬け・ブロックリーサラダ・バナナ 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 飲むヨーグルト・パンパン |
| 19 敬老の日  | 20 焼き鮭・ポイルブロックリー・白和え・けんちん汁・梨 〔9時〕 ①飲むヨーグルト・かすてらぼーろ ②飲むヨーグルト・黒かりんとう 〔3時〕 牛乳・みたらし団子 | 21 肉じゃが・ワカメの酢の物・豆乳味噌汁・オレンジ 〔9時〕 ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・つな揚 〔3時〕 焼うどん | 22 鶏のマヨネーズ焼き・ニラ玉スープ・そばろ和え・ぶどう 〔9時〕 ①牛乳・ハーベスト ②牛乳・きなこせんべい 〔3時〕 カリカリいりこ・おはぎ | 23 秋分の日  | 24 ブルコギ丼・たくあん・ツナとコーンの酢の物・キウイ 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 飲むヨーグルト・クリームパン |
| 26 シチュー・パン・ホーレン草の三色炒め・ぶどう 〔9時〕 ①牛乳・つな揚 ②牛乳・かすてらぼーろ 〔3時〕 磯辺もち | 27 豆腐ハンバーグ・ポイルブロックリー・ちくわともやしの和え物・すまし汁・梨 〔9時〕 ①飲むヨーグルト・ぼたぼた焼き ②飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ 〔3時〕 牛乳・ピーナッツ入りスコーン | 28 筑前煮・春雨の酢の物・里芋の味噌汁・バナナ 〔9時〕 ①牛乳・つな揚 ②牛乳・ハーベスト 〔3時〕 牛乳・シリアルおこし | 29 豚肉の生姜焼き・おからサラダ・すまし汁・パイナップル 〔9時〕 ①牛乳・かすてらぼーろ ②牛乳・つな揚 〔3時〕 牛乳・栗入りホットケーキ | 30 魚のフライ・ポイルキャベツ・ハムともやしの酢の物・白菜の味噌汁・オレンジ 〔9時〕 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 〔3時〕 アップル寒天 |  |

非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



今月の季節の野菜 さつま芋です
9月6日（火）
鶏肉とさつま芋の洋風煮

今月のケーキ
9月7日（水）
ブラウニー