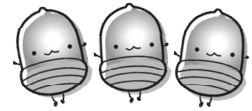


9月

ようちえんのおべんとう



れいわ2ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

	<p>1 か さかなのごまだれやき れんこんきんぴら きりぼしだいこんに カニカマてん</p> <p>フルーツ おにぎり 402kcal/12.7g</p>	<p>2 すい プルコギふういため マグロのタルタルふうみカツ こふきいも ヤングコーン</p> <p>あんにととうふ ごましおごはん 423kcal/12.0g</p>	<p>3 もく エビカツ やさしいため ウインナー ごもくまめ モロッコいんげん フルーツ おかかごはん 400kcal/11.0g</p>	<p>4 きん ポークカレー にくだんご こまつないため しのだに</p> <p>フルーツ しろごはん 423kcal/10.2g</p>
<p>7 げつ ぶたにくのしょうがやき あおなソテー しろみさかなのからあげ ちぐさやき ロールキャベツ フルーツ うさぎのりごはん 400kcal/12.9g</p>	<p>8 か エビクリームコロッケ コーングラッセ ほうれんそうとにんじんのごまあえ ミニトマト フランクフルト フルーツ ふりかけごはん 412kcal/9.0g</p>	<p>9 すい とりにくのてりやき ビーフソテー カレーふうみ ひとくちアメリカンドッグ とうふいりごもくしんじょうに ブロッコリー フルーツ・デザートゼリー カマンベールチーズパン フルーツ そぼろごはん 416kcal/12.7g</p>	<p>10 もく デミハンバーグ パセリスパ さといもに チキンナゲット にんじんに フルーツ こんぶごはん 412kcal/11.0g</p>	<p>11 きん めだまやきフライ くるくるマカロニ えだまめとコーンのつまみあげ かぼちゃのそぼろあん</p> <p>フルーツ ふりかけごはん 414kcal/10.5g</p>
<p>14 げつ チキンピカタふう ナポリタン あおなのびたし アンパンマンポテト ハムステーキ フルーツ チョコテニッシュ 407kcal/10.4g</p>	<p>15 か ポパイカレー なすのはさみあげ にんじんしゅうまい しまじろうのこうやとうふ</p> <p>フルーツ しろごはん 415kcal/11.1g</p>	<p>16 すい しろみさかなのたつたあげ きんぴらごぼう エビボール ふかしいも えだまめ フルーツ そぼろごはん 405kcal/12.9g</p>	<p>17 もく タンドリーチキン ベーコンといんげんのソテー ザクウまいもち ちゅうかふうはるさめサラダ</p> <p>フルーツ おにぎり 403kcal/10.5g</p>	<p>18 きん とんかつ やきそば チンゲンさいソテー あかかぶさつま あつやきたまご フルーツ おかかごはん 408kcal/10.3g</p>
<p>21 げつ けいろうのひ</p>	<p>22 か しゅうぶんのひ</p>	<p>23 すい ハンバーグ フライドポテト やさしいしおこぶあえ おとうふフィッシュ</p> <p>フルーツ ふりかけごはん 406kcal/9.9g</p>	<p>24 もく サクッとメンチカツ やきビーフン コーンソテー やきとり ミニトマト フルーツ ごましおごはん 411kcal/10.8g</p>	<p>25 きん セサミチキン わふうしょうゆスパ キャベツとあげのびたし はながんもに グリーンピースぼうてん フルーツ エンゼルのりごはん 421kcal/14.2g</p>
<p>28 げつ かぼちゃコロッケ カレーふうみやさいいため ブロッコリー チーズ ポークビーンズ フルーツ・にゅうさんきんいんりょう ふりかけごはん 452kcal/11.6g</p>	<p>29 か チンジャオロース あげワントン ふかしいも ほしがたしんじょうに</p> <p>フルーツ ごましおごはん 403kcal/11.8g</p>	<p>30 すい とりてんカツ あおなとコーンのソテー きんちやくに うずらたまご あおのりポテト ミニゼリー こんぶごはん 407kcal/9.4g</p>		

☆カロリー量とタンパク質量は(kcal/g)で表記しております。

☆魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がって下さい。

☆迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前の記入を必ずお願い致します！

☆練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですので安心して召し上がりがいただけます。

今月の食材 主な産地			
キャベツ	長野・岩手	りんご	長野・青森
じゃが芋	北海道	オレンジ	アメリカ
さつま芋	千葉・徳島	鶏肉	ブラジル
ミニトマト	北海道・青森	豚肉	カナダ
米	青森	牛肉	オーストラリア