

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	チキンクリームシチュー カミカミサラダ 果物 十六穀米	きのこ入りオムレツ けんちん汁 ミニトマト 十六穀米(かつお節)	厚揚げのそぼろあんかけ 和風サラダ いりこ 十六穀米	魚の洋風焼き 鶏肉と野菜の具だくさんスープ 十六穀米(ゆかり)	卵と春雨の炒め物 豆乳スープ 果物 十六穀米
	《3時のおやつ》 かりんとう・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	《3時のおやつ》 揚げパン・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	《3時のおやつ》 梨・ミルク <10時のおやつ> ウエハース・牛乳	《3時のおやつ》 小葱のケーキ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	《3時のおやつ》 りんごムース・牛乳 <10時のおやつ> 黒棒・牛乳
7	8	9	10	11	12
焼き肉 田舎汁 果物【セレクト】 十六穀米(しらす)	魚のカレーフリッター チンゲン菜のスープ 果物 十六穀米(ごま塩)	すき焼き風煮 胡瓜の酢の物 十六穀米 ヤクルト	ツナエッグ 鶏肉とひじきの煮つけ いりこ 十六穀米	お弁当の日	肉味噌スパゲティ じゃこスープ 果物
《3時のおやつ》 クリームサンド・ミルク <10時のおやつ> シスコーン・牛乳	《3時のおやつ》 いとこ蒸しパン・牛乳 <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳	《3時のおやつ》 パイン入りプリン・牛乳 <10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶	《3時のおやつ》 フルーツポンチ・牛乳 <10時のおやつ> ビスケット・牛乳	《3時のおやつ》 ココナッツサブレ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	《3時のおやつ》 せんべい・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳
14	15	16	17	18	19
竹輪の二色揚げ 五色野菜スープ 果物 十六穀米(わかめ)	豚肉ときのこのカレー ツナマヨサラダ 果物 十六穀米	中華風炒り卵 ワンタンスープ いりこ 十六穀米	厚揚げの味噌煮 野菜のゴマ和え 果物 十六穀米(のり佃煮)	魚のパピヨット さつま芋のスープ 十六穀米	牛丼 玉葱と若布のすまし汁 果物 十六穀米
《3時のおやつ》 牛乳南瓜ケーキ・牛乳 <10時のおやつ> 黒棒・牛乳	《3時のおやつ》 キャロットパン・ミルク <10時のおやつ> チーズ・牛乳	《3時のおやつ》 小倉白玉あんかけ・昆布・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	《3時のおやつ》 バームクーヘン・牛乳 <10時のおやつ> かりんとう・牛乳	《3時のおやつ》 マカロニあべかわ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	《3時のおやつ》 ウエハース・チーズ・牛乳 <10時のおやつ> クラッカー・牛乳
21	22	23	24	25	26
敬老の日	秋分の日	和風麻婆豆腐 キャベツのあっさり和え いりこ 十六穀米(ゆかり)	魚のオーロラソースかけ マカロニスープ 果物【セレクト】 十六穀米	中華風そぼろ煮 拌三絲 十六穀米(ごま塩) ヤクルト	温そうめん 野菜とウインナーのソテー 果物
		《3時のおやつ》 ビスコ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	《3時のおやつ》 蒸しケーキ・ミルク <10時のおやつ> チーズ・牛乳	《3時のおやつ》 マヨネーズパン・牛乳 <10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶	《3時のおやつ》 源氏パイ・牛乳 <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳
28	29	30			
きのこおこわ 鶏肉の唐揚げ さつま汁 胡瓜の昆布和え	大豆の五目煮 野菜の味噌和え いりこ 十六穀米	パスタ入りオムレツ チキンスープ 果物 十六穀米(わかめ)			
《3時のおやつ》 リングドーナツ・ココアミルク <10時のおやつ> シスコーン・牛乳	《3時のおやつ》 フルーツクリーム・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	《3時のおやつ》 ブラウニー・ミルク <10時のおやつ> ビスケット・牛乳			

今月の予定

- 28日(月) お誕生会
- 7日(月)・24日(木) セレクトメニュー

★蓋は中身が冷えてから★

家からお弁当を持ってくる時は、ごはん・おかず共に冷えてから蓋をしてください。  
これは、菌の増殖を防ぐための約束事です。

お月見を楽しみましょう

日本では旧暦の8月15日の夜(新暦の9月中旬～10月上旬)を“十五夜”と呼び、月見だんごやススキ、サトイモなどを供えて、お月見をする風習があります。このころの月を『仲秋の名月』と呼んで、昔から日本人は「いちばんきれいな月」として眺めてきました。

子どもたちの「科学の眼」を育てるきっかけにもなりますね