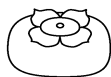


9月の給食



16日 お弁当の日
18日 お誕生日会

まだまだ暑い日が続きますね!!!

規則正しい生活をしましょうね★☆☆

久世西保育園(922-0007)

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	火	イタリアンスパゲッティ ごま和え スクランブルエッグ ウインナー みそ汁	スパゲティ ベーコン 玉ねぎ にんじん きゃべつ きゅうり ごま しょうゆ 砂糖 麩 わかめ みそ ミカン缶 卵 ウインナー	ビスケット 煮干し 牛乳
2	水	きつねうどん ちくわ炒め煮 酢の物	生うどん 油揚げ 卵 青ねぎ 小芋 じゃこ きゅうり きゃべつ 砂糖 しょうゆ みりん ちくわ ごま	おせんべい 煮干し 牛乳
3	木	コロッケ かぼちゃサラダ ウインナー みそ汁	コロッケ きゅうり きゃべつ かぼちゃ じゃがいも マヨネーズ 酢 砂糖 しょうゆ ウインナー みかん缶 麩 わかめ みそ	ビスケット 煮干し りんごジュース
4	金	カレーライス 酢の物 みそ汁 果物	牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん きゅうり きゃべつ 卵 麩 わかめ パン缶 カレールー ケチャップ 砂糖 しょうゆ	ヨーグルト ラムネ
5	土	チャーハン ウインナー みそ汁	玉ねぎ にんじん 卵 ウインナー 麩 わかめ しょうゆ みそ	
7	月	チャーハン 酢の物 小芋煮 みそ汁	ベーコン 卵 玉ねぎ きゅうり きゃべつ 油揚げ 酢 砂糖 しょうゆ 小芋 みそ 麩 わかめ みりん	バームクーヘン 煮干し 牛乳
8	火	野菜と豆腐のけんちん煮 酢の物 チーズ みそ汁	ごぼう 豆腐 きゅうり きゃべつ 油揚げ ウインナー 麩 わかめ みそ 酢 砂糖 しょうゆ	黒みつきなこがけバナナ 牛乳
9	水	肉うどん 千切大根の煮物 酢の物	生うどん 牛薄切り 油揚げ 卵 青ねぎ じゃこ きゅうり きゃべつ 砂糖 しょうゆ みりん 千切大根 にんじん	おせんべい 煮干し 牛乳
10	木	チキンライス ミートボール 酢の物 果物 人参スープ	ささみミンチ 玉ねぎ 人参 ミートボール きゅうり きゃべつ 油揚げ ケチャップ ソース 砂糖 しょうゆ 酢	ビスケット 煮干し りんごジュース
11	金	カレーライス 果物 ハムともやしのごまマヨ和え みそ汁	牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん ハム もやし マヨネーズ きゅうり きゃ べつ ごま パン缶 カレールー ケチャップ 砂糖 しょうゆ 酢 みそ 麩 わかめ	ヨーグルト ラムネ
12	土	チャーハン ウインナー みそ汁	玉ねぎ にんじん 卵 ウインナー 麩 わかめ しょうゆ みそ	
14	月	揚げしゅうまい ウインナー かぼちゃサラダ みそ汁	しゅうまい きゅうり きゃべつ かぼちゃ じゃが芋 にんじん マヨネーズ ウインナー 麩 わかめ みそ 酢 砂糖 しょうゆ	ビスケット 煮干し 牛乳
15	火	チャーハン 酢の物 小芋煮 みそ汁	ベーコン 卵 玉ねぎ きゅうり きゃべつ 油揚げ 酢 砂糖 しょうゆ 小芋 みそ 麩 わかめ みりん	おせんべい 煮干し 牛乳
16	水	お弁当の日	3色はいつているかな??	ビスケット 煮干し 牛乳
17	木	ハンバーグ しめじのごま和え 果物 人参スープ	合挽きミンチ 玉ねぎ にんじん きゅうり きゃべつ しめじ ごま ミカン缶 パン粉 砂糖 しょうゆ	おせんべい 煮干し りんごジュース
18	金	ちらし寿司 ごま和え 卵汁	かんぴょう しいたけ 三度豆 にんじん 卵 きゅうり きゃべつ ごま チェリー缶 砂糖 しょうゆ 酢 みりん	ヨーグルト ラムネ
19	土	チャーハン ウインナー みそ汁	玉ねぎ にんじん 卵 ウインナー 麩 わかめ しょうゆ みそ	
24	木	コロッケ 酢の物 ウインナー みそ汁	コロッケ きゅうり きゃべつ じゃこ ミカン缶 砂糖 しょうゆ 酢 みそ 麩 わかめ ウインナー	おせんべい 煮干し りんごジュース
25	金	カレーライス 酢の物 みそ汁 果物	牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん きゅうり きゃべつ 卵 麩 わかめ パン缶 カレールー ケチャップ 砂糖 しょうゆ	ヨーグルト ラムネ
26	土	チャーハン ウインナー みそ汁	玉ねぎ にんじん 卵 ウインナー 麩 わかめ しょうゆ みそ	
28	月	揚げしゅうまい ウインナー 酢の物 みそ汁	しゅうまい きゅうり きゃべつ じゃこ ウインナー 麩 わかめ みそ 酢 砂糖 しょうゆ	バームクーヘン 煮干し 牛乳
29	火	すき焼き風煮込み 酢の物 果物 人参スープ	牛薄切り じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく 卵 きゅうり きゃべつ 油揚 ミカン缶 砂糖 しょうゆ 酢	バナナ 煮干し 牛乳
30	水	きつねうどん ちくわ炒め煮 酢の物	生うどん 油揚げ 卵 青ねぎ じゃこ きゅうり きゃべつ じ 砂糖 しょうゆ みりん ちくわ ごま	ビスケット 煮干し 牛乳

* 10時のおやつは、ヤクルトです。

* 副菜等は、写真と多少異なる場合がありますがご了承ください。

栄養ワンポイントアドバイス ~新型インフルエンザについて~

9月に入っても暑い日が続きます。体調管理をしっかりとくださいね!!!

今回は、『流行』となっている新型インフルエンザについてお話しします。

新型は、今までのインフルエンザと症状が同じです。

予防方法としては、手洗い・うがいはもちろん、マスクを着用しましょう!!!

個人が使用するマスクで最適なものは、不織布製マスクです。

怪しいとおもったら、かかりつけ医に電話をして指示に従いましょう。

10月には、運動会があります☆

元気な姿で、登園してきてくださいね!!!

