

10がつのこんだて

月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂 462Kcal/19.6g/14.6g	472Kcal/13.2g/6.9g	185Kcal/7.4g/7.9g	488Kcal/19.6g/11.9g	470Kcal/21.5g/20.1g	431Kcal/16.1g/10.6g
以:熱/蛋/脂 386Kcal/21.2g/16.2g	387Kcal/12.6g/8.9g	223Kcal/7.8g/10.2g	395Kcal/18.4g/9.9g	569Kcal/25.8g/23.9g	281Kcal/13.8g/10.2g
未満児 ぎゅうにゅう(100)	おこさませんべい	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
午前おやつ むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
未満児主食 むぎごはん とりにくのからあげ ブロッコリーのかにあんかけ	カレーにくじゃが はくさいとほうれんそうのおひたし	手作り弁当日 みかん	サーモンボール かぼちゃのいどこに ごまなっとう みそワタンスープ バナナ	がんばろうランチ がんばれ!バーガー トライスープパグティ げんき!ほしのヨーグルト お弁当はいりません	ごましおごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください シチュー バナナ
31 ほうれんそうのみそじる ぶどう むぎちゃん	4 おもしろ りんご	5 みかん	6	7 お弁当はいりません	衣替え
午後 おやつ ハロウィンパンブキン ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん きのごおにぎり ジョア(ブルーベリー)	むぎちゃん せんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん みのりのあきぞうすい	むぎちゃん えいごビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	カルシウムせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 465Kcal/17.6g/13.9g	479Kcal/18.0g/14.3g	479Kcal/19.2g/12.1g	496Kcal/17.3g/11.2g	475Kcal/21.8g/18.3g	391Kcal/16.2g/12.6g
以:熱/蛋/脂 389Kcal/19.8g/17.5g	387Kcal/18.2g/16.0g	395Kcal/20.0g/13.1g	558Kcal/22.7g/9.4g	397Kcal/22.7g/20.5g	271Kcal/14.0g/12.2g
未満児 バナナ	おこさませんべい	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
午前おやつ むぎちゃん	むぎちゃん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
未満児主食 むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん
3 やさいたっぷりドライカレー カラフルスープ チーズ	4 おもしろ りんご	5 みかん	6 サーモンボール かぼちゃのいどこに ごまなっとう みそワタンスープ バナナ	7 お弁当はいりません	8 運動会(江刺中央体育館) 第1部(ひよこ・ちゅうりっぷ) 8:30~9:30 第2部(たんぼぼ・さくら・すみれ) 10:00~12:00
午後 おやつ カラフルむしパン ぎゅうにゅう(100)	むぎちゃん きのごおにぎり ジョア(ブルーベリー)	むぎちゃん せんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん みのりのあきぞうすい	むぎちゃん えいごビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	布団・着替え持ち帰り
未:熱/蛋/脂 465Kcal/17.6g/13.9g	479Kcal/18.0g/14.3g	479Kcal/19.2g/12.1g	496Kcal/17.3g/11.2g	475Kcal/21.8g/18.3g	391Kcal/16.2g/12.6g
以:熱/蛋/脂 389Kcal/19.8g/17.5g	387Kcal/18.2g/16.0g	395Kcal/20.0g/13.1g	558Kcal/22.7g/9.4g	397Kcal/22.7g/20.5g	271Kcal/14.0g/12.2g
未満児 バナナ	おこさませんべい	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
午前おやつ むぎちゃん	むぎちゃん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
未満児主食 むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん
10 スポーツの日	11 わかめじる かき	12 なめこじる みかん	13 あきのくだものりあわせ	14 むぎちゃん	15 おさかなじる バナナ
午後 おやつ カラフルむしパン ぎゅうにゅう(100)	むぎちゃん きのごおにぎり ジョア(ブルーベリー)	むぎちゃん せんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん みのりのあきぞうすい	むぎちゃん えいごビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	ソフトケーキ
未:熱/蛋/脂 471Kcal/16.7g/14.8g	479Kcal/18.0g/14.3g	484Kcal/12.5g/9.1g	477Kcal/17.0g/11.6g	482Kcal/20.8g/18.0g	414Kcal/15.9g/10.8g
以:熱/蛋/脂 396Kcal/16.4g/16.1g	405Kcal/16.1g/14.5g	363Kcal/12.1g/10.7g	407Kcal/17.6g/20.9g	395Kcal/22.6g/18.9g	293Kcal/13.7g/10.4g
未満児 ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ヤクルト	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
午前おやつ むぎごはん	むぎちゃん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
未満児主食 むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん
17 ねぎとあぶらあげのみそじる ぶどうヨーグルト	18 あざじりる りんご	19 むぎちゃん	20 なまあげのみそじる かき	21 ふとほうれんそうのすまじる みかん	22 シチュー バナナ
午後 おやつ わかめせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん きのごおにぎり ジョア(ブルーベリー)	むぎちゃん せんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん みのりのあきぞうすい	むぎちゃん えいごビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	おすずびこりん ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 466Kcal/23.2g/13.7g	496Kcal/20.9g/18.6g	488Kcal/20.5g/12.8g	474Kcal/16.7g/15.3g	488Kcal/22.4g/13.8g	363Kcal/18.4g/11.0g
以:熱/蛋/脂 392Kcal/26.1g/15.0g	398Kcal/20.6g/18.8g	394Kcal/19.7g/13.1g	395Kcal/16.8g/16.6g	394Kcal/21.2g/14.2g	243Kcal/16.2g/10.5g
未満児 ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
午前おやつ むぎごはん	むぎちゃん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
未満児主食 むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん
24 むぎちゃん	25 たまねぎのみそじる ぶどう	26 さつまじる みかん	27 なすじる ヨーグルト	28 かぶのみそじる バナナ	29 いしかりなべ バナナ
午後 おやつ おからがんつき ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん きのごおにぎり ジョア(ブルーベリー)	むぎちゃん せんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん みのりのあきぞうすい	むぎちゃん えいごビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	あじつけごきかな ぎゅうにゅう(未100 以200)

9月分栄養給与量のお知らせ

3歳未満児:496kcal/蛋白質20.6g/脂質16.8g
(目標量: 480Kcal / 15.5~24g / 11~16g)

3歳以上児:412kcal/蛋白質21.2g/脂質18.1g
(目標量: 390Kcal / 16~26g / 12~19g)



9月はコロナウイルス感染症の影響により、献立変更等が多くありました。できるだけ摂取栄養量にひびかないよう調整をしておりましたが、やはり増減がありました。

今後も感染症等により欠席児が大幅に増えた時や食材の都合により、献立が変わる場合もありますのでご了承ください。

また、後期の見直しにより、10月から栄養目標量が変わります。詳細は来月の献立表でお知らせします。

4時降園(運動会準備)
がんばんろうランチ
お弁当はいりません

運動会(江刺中央体育館)
第1部(ひよこ・ちゅうりっぷ)
8:30~9:30
第2部(たんぼぼ・さくら・すみれ)
10:00~12:00

作品展示
(午後11/4午前)

身体測定
(たんぼぼ)

読み聞かせ

運動会練習

歯科検診

食育体操

誕生祝会

スポーツの日

歯科検診

食育体操

誕生祝会

詩吟おけいこ

移動図書館

就学時集合健診

就学時集合健診

カレーパーティー

栄養指導

栄養指導

栄養指導

幼保小交流会

幼保小交流会

幼保小交流会

幼保小交流会

幼保小交流会

幼保小交流会

