

9月

3歳未満

Oisix献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	1日	2日	3日	4日	5日	6日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	昆布とゆかりのごはん 高野豆腐とかぼちゃの旨煮 切干大根の和風マヨドレ和え みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	ごはん 鶏ひきの味噌炒め キャベツとパプリカのサラダ すまし汁(えのき・生揚げ)	ごはん 豆腐チャンプル(こまつな) にんじんとオクラのおかか和え みそ汁(さつまいも・ごぼう) バナナ	豆乳ちゃんぽんうどん ちくわの磯辺焼き 粉ふき芋 マスカットゼリー	ごはん さわらの味噌漬け焼き ほうれん草のごま和え すまし汁(豆腐・玉ねぎ)	焼き鳥丼 きゅうりとツナの切干サラダ みそ汁(オクラ・にんじん)
午後おやつ	牛乳 お麩ラスク(カレーチーズ)	牛乳 しらすチーズトースト	牛乳 ハムと野菜の醤油ラーメン	牛乳 手作りふりかけごはん	牛乳 ホットドッグ	牛乳 パイナップルマフィン
カロリー	461 kcal	448 kcal	498 kcal	487 kcal	477 kcal	448 kcal
日付	8日	9日	10日	11日	12日	13日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏の照り焼き キャベツとにんじんの納豆和え みそ汁(さといも・玉ねぎ) マスカットゼリー	ハヤシライス ポテトサラダ(ドレッシング) コンソメスープ(コーン・わかめ)	ごはん 豚のしょうが焼き にんじんとパプリカの甘酢和え みそ汁(豆腐・なめこ)	食パン 鶏のトマト缶煮込み(じゃがいも・ほうれん草とひじきのツナマヨ) 豆乳スープ(にんじん・ベーコン)	きのこごはん 鮭の塩焼き ひじきと油揚げの煮物 みそ汁(ごぼう・玉ねぎ) りんご	豚の中華丼 きゅうりとハムの春雨サラダ 中華スープ(玉ねぎ・オクラ)
午後おやつ	牛乳 ツナチヂミ	牛乳 そうめんチャンプルー	牛乳 豆乳にんじんドーナツ	牛乳 こざかな納豆チャーハン	牛乳 焼き大学芋	牛乳 レーズンパン
カロリー	465 kcal	491 kcal	457 kcal	471 kcal	482 kcal	463 kcal
日付	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食						
午後おやつ	牛乳 ツナチヂミ	牛乳 マーメイドスコーン	牛乳 ハムと野菜の醤油ラーメン	牛乳 手作りふりかけごはん	牛乳 ホットドッグ	牛乳 パイナップルマフィン
カロリー		474 kcal	498 kcal	487 kcal	477 kcal	448 kcal
日付	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏の照り焼き キャベツとにんじんの納豆和え みそ汁(さといも・玉ねぎ) マスカットゼリー			ごはん 豚のしょうが焼き にんじんとパプリカの甘酢和え みそ汁(豆腐・なめこ)	食パン 鶏のトマト缶煮込み(じゃがいも・ほうれん草とひじきのツナマヨ) 豆乳スープ(にんじん・ベーコン)	ごはん さつまいもごはん 鶏のごまみそ焼き ごぼうとピーマンの金平 すまし汁(高野豆腐・玉ねぎ) オレンジ
午後おやつ	牛乳 ツナチヂミ	牛乳 豆乳にんじんドーナツ	牛乳 こざかな納豆チャーハン	牛乳 ココアケーキ	牛乳 レーズンパン	牛乳 レーズンパン
カロリー	465 kcal	457 kcal	471 kcal	488 kcal	463 kcal	
日付	29日	30日				
午前おやつ	牛乳	牛乳				
昼食	ごはん チンジャオロース かぼちゃとしめじの煮物 みそ汁(高野豆腐・わかめ)	ごはん 鶏ひきの味噌炒め キャベツとパプリカのサラダ すまし汁(えのき・生揚げ)				
午後おやつ	牛乳 カレーマカロニ	牛乳 しらすチーズトースト				
カロリー	457 kcal	448 kcal				