

9月の行事予定

2日(金)～3日(土) 年長児お泊り保育

5日(月) けやき組 交通安全教室
 16日(金) 奉仕作業
 22日(木) 年長児自然体験
 橋ふれあい公園へ
 30日(金) 奉仕作業

9月のコスモスポーツクラブ

7日・14日・21日・28日 4,5歳児合同です。

9月の身体測定

1日(木)	けやき	6日(火)	そら	8日(木)	さくら
9日(金)	つき	13日(火)	かえて	15日(木)	ほし
16日(金)	もも	20日(火)	ゆき	22日(木)	いちご
27日(火)	にじ	29日(木)	ゆめ		

9月の献立予定表

※材料の準備の都合上、献立が変更になる場合がありますがご了承下さい。
 ※年齢に適した調理方法に変更している場合があります。

清水こども園

日	曜	午前のおやつ (未満児のみ)	メニュー	午後のおやつ	エネルギー(kcal)		食塩相当量(g)	
					3～5歳	0～2歳	3～5歳	0～2歳
1	木	バナナ	ご飯、野菜のみそ汁、鶏のごま味噌焼き 刻み昆布の煮物	牛乳 ジャムサンド	482	442	2.3	1.8
2	金	牛乳	ご飯、油揚げのひき肉詰め ブロッコリーと卵のサラダ、プチゼリー	りんごジュース しぼりクッキー	600	554	1.1	1.0
3	土							
4	日							
5	月	牛乳	ご飯、豆腐揚げ団子の甘辛煮、野菜のおかか和え	デラウェア	489	444	1.1	1.0
6	火	バナナ	ご飯、えのきのみそ汁、焼肉、コールスローサラダ	牛乳 ミニ甘食	599	541	1.8	1.3
7	水	せんべい	わかめご飯、さわらの西京焼き、炒り豆腐	パパロア	567	511	1.6	1.5
8	木	チーズ	ホットドック、ポトフ、フルーツヨーグルト	麦茶 おかかご飯	512	411	1.7	1.6
9	金	牛乳	若菜ご飯、具だくさんみそ汁、からあげ	十五夜ゼリー ウエハース	523	475	2.2	1.6
10	土							
11	日							
12	月	牛乳	チャーハン、わかめスープ、揚げ餃子	麦茶 焼きうどん	524	435	2.7	2.0
13	火	せんべい	親子丼、ゴマネーズサラダ、オレンジ	牛乳 蒸しパン(チーズ)	600	526	1.7	1.4
14	水	野菜ジュース	ご飯、カジキのバターソテー もやしと青菜のゴマ和え	フルーチェ	517	421	0.4	0.5
15	木	牛乳	ピザトースト、野菜スープ、バナナ	プリン	414	363	2.6	2.0
16	金	チーズ	ご飯、たまごと玉ねぎのみそ汁、鶏肉と大根の煮物 焼きかぼちゃ	牛乳 ラスク	532	453	2.3	1.8
17	土							
18	日							
19	月							
20	火	せんべい	ご飯、キャベツとえのきのみそ汁 手づくりハンバーグ、人参のグラッセ	牛乳 コーンフレーク	510	418	2.1	1.6
21	水	牛乳	麻婆豆腐丼、中華風サラダ、プチゼリー	梨 せんべい	516	492	2	1.6
22	木	野菜ジュース	ドライカレー、ツナ入り豆腐サラダ、プチダノン	牛乳 ビスケット	572	499	1.8	1.3
23	金							
24	土							
25	日							
26	月	牛乳	ご飯、五目納豆、てりやきチキン、ゆでブロッコリー	野菜ジュース ミニワッフルドッグ	600	562	1.7	1.3
27	火	牛乳	ご飯、ポークピカタ、芽ひじきのサラダ、チーズ	杏仁豆腐	475	431	1.9	1.5
28	水	せんべい	カレーうどん、かぼちゃの天ぷら、フルーツポンチ	牛乳 フレンチトースト	616	508	3.5	2.4
29	木	牛乳	ご飯、冬瓜のみそ汁、さばの竜田揚げ わかめサラダ	ヨーグルト(いちご) クラッカー	486	321	2.4	1.0
30	金	バナナ	ご飯、豆腐と小松菜のみそ汁、肉じゃが 野菜の塩昆布和え	牛乳 蒸しパン(ココア)	504	464	2.5	1.8