

9
September



2025



お米はすごい!

新米の季節がやってきました。わたしたちの生活にかかせないお米には、たくさんの栄養がふくまれています。お茶わん一ぱい分(約150グラム)のごはんの中に、体や脳を動かすためのエネルギーとなる炭水化物、体をつくるために大切なたんぱく質、ひん血をふせぐ鉄分、つよいほねや歯をつくるカルシウムなど、みなさんの成長に大切なたくさんの栄養がふくまれています。お米ひとつぶひとつぶに感謝して、のこさずきれいに食べるようにしましょう!



もりあい せんせい
森合まな 先生
栄養士/元保育園栄養士・
フードスタイリスト
西児の母、料理やお菓子作りが趣味で、現在はSNSにてレシピ投稿などを行う

	月	火	水	木	金	土
1 Week	1	2	3	4	5	6
	ソフトサラダ こどもむぎ茶	新潟仕込み 塩味 こどもむぎ茶	こつぶポテコ4連 こどもむぎ茶	シャーベット メロン・みかん・白桃 こどもむぎ茶	ふんわり名人きなこ餅 こどもむぎ茶	★
2 Week	8	9	10	11	12	13
	ハッピーターンミニスパイス4連 こどもむぎ茶	テキサスコーンお好み焼 こどもむぎ茶	ソフトサラダ こどもむぎ茶	新潟仕込み 塩味 こどもむぎ茶	Jagabeeうすしお味 こどもむぎ茶	★
3 Week	15	16	17	18	19	20
	敬老の日 こどもむぎ茶	いちごマシュマロ こどもむぎ茶	シャーベット メロン・みかん・白桃 こどもむぎ茶	こつぶポテコ4連 こどもむぎ茶	ハッピーターンミニスパイス4連 こどもむぎ茶	★
4 Week	22	23	24	25	26	27
	テキサスコーンお好み焼 こどもむぎ茶	秋分の日 こどもむぎ茶	スティックポテトじゃがいもと塩 こどもむぎ茶	Jagabeeうすしお味 こどもむぎ茶	新潟仕込み 塩味 こどもむぎ茶	★
5 Week	29	30				
	いちごマシュマロ こどもむぎ茶	ソフトサラダ こどもむぎ茶				

★ 土曜日は同じ週の水～金曜日に提供した間食の中から提供します。
※ 配達状況により、全員に同じメニューを提供できない日が生じる場合がございます。