

30年

## 10月予定献立表



日付	曜日	3歳未満児 午前のおやつ	副食	3歳未満児	午後のおやつ
1	月	牛乳、せんべい	すき焼き風煮、ゆで卵、大根ときゅうりの甘酢和え	ごはん	ミルク、ビスケット
2	火	牛乳、コーンフレーク	いろいろ揚げ、ごま和え、なめこ汁	ごはん	発酵乳、せんべい
3	水	牛乳、クッキー	豚汁、炒り卵、昆布和え	ごはん	牛乳、ピザ風お好み焼き
4	木	牛乳、チーズ	すり身のいがぐり揚げ、おひたし、野菜スープ	ごはん	ゼリー、クラッカー
5	金	飲むヨーグルト、おかき	鮭のチャンチャン焼き、里芋の煮物、みそ汁	ごはん	ミルク、昆布、クッキー
6	土	牛乳、ビスケット	白菜サラダ、クリームシチュー	ごはん	牛乳、カルシウムせんべい
7	日				
8	月		<b>体育の日</b>		
9	火	牛乳、ウエハース	焼き魚、れんこんサラダ、じゃがいもと麩のみそ汁	ごはん	牛乳、ドッグパン
10	水	牛乳、バナナ	鶏肉の揚げ煮、即席漬け、麩とほうれん草のみそ汁	ごはん	ミルク、おかき
11	木	牛乳、クラッカー	スパゲティナポリタン、ピーマンのしゃきつと炒め、きのこ卵のスープ	ごはん	ミルク、りんご
12	金	牛乳、ボーロ	揚げさばと大根のマリネ、さつま芋レモン煮、青菜となめこのみそ汁	ごはん	果汁、のりおかき
13	土	牛乳、ビスケット	肉野菜炒め、中華スープ	ごはん	牛乳、クッキー
14	日				
15	月	牛乳、ごませんべい	カレーシチュー、キャベツとりんごサラダ、ゆで卵	ごはん	ミルク、ビスケット
16	火	牛乳、チーズ	豚肉のみそ照り焼き、さつま芋ごまサラダ、マカロニスープ	ごはん	りんごパイ
17	水	牛乳、おかき	あじの竜田揚げ、豚肉と春雨の炒め煮、トマト、みそ汁	ごはん	ミルク、クッキー
18	木	牛乳、せんべい	焼きそば、コーンスープ、黄金和え	ごはん	鉄強化飲料☆クラッカー
19	金	牛乳、りんご	ふくらぎの酢豚風、白菜ともやしのごま和え、豆腐のすま <sup>ももわか</sup>	ごはん	ミルク、ビスケット
20	土	牛乳、クッキー	かき玉汁、もやしとわかめの甘酢和え、ふりかけ、焼きハ <sup>おづな</sup>	ごはん	牛乳、カステラ
21	日		♪毎月19日は食育の日♪		
22	月	牛乳 お子様せんべい	鶏肉の竜田揚げごまだれ、ポテトサラダ、野菜スープ	ごはん	ミルク、ビスケット
23	火	牛乳、みかん	おでん、浸し、干物	ごはん	ヨーグルト☆、せんべい
24	水	牛乳、ボーロ	白身魚の天ぷら、ごま酢和え、かぶのみそ汁	ごはん	ミルク、ビスケット
25	木	牛乳、ウエハース	みそ煮込みうどん、白菜サラダ、厚焼き卵	ごはん	牛乳、大学芋
26	金	ヨーグルト、クッキー	豚カツ、野菜サラダ、豆腐スープ	ごはん	ミルク、クラッカー
27	土	牛乳、ごませんべい	がんもどきとウインナーの煮物、大根としいたけのみそ汁	ごはん	牛乳、カルシウムクッキー
28	日				
29	月	牛乳、カステラ	魚のチーズ焼き、南瓜サラダ、野菜スープ	ごはん	ミルク、おかき
30	火	牛乳、せんべい	鶏肉のみそ焼き、にんじん煮物、白菜クリーム煮	ロールパン	ミルク、ビスケット
31	水	牛乳、おかき	かぼちゃコロケ、スティック野菜、キャベツとしらすのスープ	ごはん	かぼちゃもち
					ハロウィンおやつ
ごはん献立		牛乳、ビスケット	五目飯、さんま香り揚げ、ほうれん草黄金揚げ、ふのみそ汁	五目飯	牛乳、ケーキ

※都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください

