

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 | | 体育の日 | | |
| 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 ^{ももやかし} | 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 ^{おかつ} | 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

