

# 10月 献立表

日	曜		全児副食	全児間食	未満児間食	未満児主食
1	火		クリームシチュー、チンゲン菜のサラダ、 果実	チーズ饅頭、牛乳	チーズキャッチ、ク ラッカー	ご飯
2	水		魚のアングリーズ、ひじきのナムル、かき 玉汁、果実	椎茸入り肉まん、ミ ルク	牛乳・コーンフレ ーク	ご飯
3	木	お点前	鶏肉のマーマレード焼き、大豆サラダ、油 揚げと白菜のスープ	フルーツヨーグル ト、牛乳	牛乳・人参スティ ック	ご飯
4	金		ツナと切干大根の炒め物、酢の物、みそ 汁	焼き芋、牛乳	ヨーグルト	ご飯
5	土		ジャージャーメン、ナムル、果実	牛乳・パン	牛乳・ウエハース	中華麺
6	日					
7	月		ごぼうとこんにゃくの味噌煮、もやしの胡 麻和え、春雨スープ	キャロットケーキ、ミ ルク	牛乳・ウインナー	ご飯
8	火		鯛の煮付け、かみかみサラダ、みそ汁、 果実	甘辛団子、牛乳	豆乳 パン	ご飯
9	水		魚の竜田揚げ、マカロニサラダ、みそ 汁、果実	おにぎり、お茶	牛乳・ふかし南瓜	ご飯
10	木	お点前	ポークビーンズ、ブロッコリー、みそ汁	ジャムサンド、ミルク	牛乳・ビスケット	ご飯
11	金		なかよしハンバーグ、海藻サラダ、コンソ メスープ	たこ焼き風、牛乳	ご飯、飲むヨーグ ルト 果実	
12	土	なかよしワイワイデー	なかよしワイワイデー			
13	日					
14	月					
15	火		野菜たっぷりキッシュ、野菜の昆布和え、 コーンスープ、果実	ホットクラッカー、牛 乳	牛乳・胡瓜ステ イック	ご飯
16	水	英語 わくわくランチ	しゃけの混ぜ寿司、鶏の香味焼き、トマト サラダ、わかめスープ、果実	お楽しみおやつ	チーズキャッチ、ク ラッカー	ご飯
17	木	お点前	魚のムニエル、春雨の酢のもの、清し汁	マーマレードケー キ、ミルク	野菜ジュース ふ かし芋	ご飯
18	金	芋掘り(以上児)	弁当日	フルーツゼリー	牛乳・コーンフレ ーク	弁当日
19	土		きのこスパゲティー、がんもどきの甘煮、果 実	牛乳・果実	牛乳・カステラ	スパゲテ ィー
20	日					
21	月		ポークカレー、ほうれんそうのサラダ、果 実	ポテト餅、ミルク	野菜ジュース、食 パン	ご飯
22	火					
23	水	英語	きのこのグラタン、ブロッコリー、しらすの スープ、果実	チーズハムサンド、 ミルク	豆乳・コーンフレ ーク	ご飯
24	木	お点前	豚肉の生姜焼き、酢の物、みそ汁、果実	ぜんざい、お茶	牛乳・ちりめん	ご飯
25	金		飛竜頭、海藻サラダ、きのこ汁、果実	ちりめん入りおにぎ り	牛乳・果実	ご飯
26	土		マーボー丼、きゅうりの昆布和え、果実	牛乳・パン	牛乳・クラッカー	ご飯
27	日					
28	月		めひかりのから揚げ、ブロッコリーのミソマ ヨサラダ、ミネストローネスープ、果実	梅が枝もち、お茶	豆乳・サブレ	ご飯
29	火		五目豆、胡麻酢和え、味噌汁	コーンマヨトースト、 ミルク	牛乳・パン	ご飯
30	水	ハロウィンパーティー	魚の人参みそ焼き、ゆかり和え、すまし汁	ハロウィンチョコパ イ、牛乳	チーズキャッチ、ク ラッカー	ご飯
31	木	コンサート鑑賞(年長)	鶏の香味焼き、ナムル、けんちん汁	揚げパン、ミルク	牛乳・コーンフレ ーク	ご飯