

# 10月の献立表

保育園

光の園幼稚園

月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日
牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	
ごはん 鶏と高野の煮物 大根と人参のみそ汁	ロールパン クリームシチュー キャベツのあっさりサラダ	野菜たっぷり牛丼 わかめ卵スープ	カレーうどん 切干大根の煮物	ごはん 豚肉と春雨のごまいため じゃがいもと玉葱のみそ汁	
牛乳 (3時) りんご リッツ	牛乳 (3時) 黄桃缶 おにぎり(お餅) けんちん汁	牛乳 (3時) バナナ 新潟仕込み	牛乳 (3時) じゃこトースト	牛乳 (3時) チョコバナナケーキ	
8日	9日	10日	11日	12日	13日
	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)
体育の日	ロールパン 大豆のケチャップ煮 大根と人参のスープ	ごはん すき焼風煮 さつま芋と玉葱のみそ汁 	きのこごはん かぼちゃの煮物 豆腐とわかめのすまし汁	ごはん さけの幽庵焼き れんこんとごぼうのきんぴら 豚肉と白菜のみそ汁	カレーライス マカロニサラダ
	牛乳 (3時) パイナップル缶詰 ココナッツサブレ (1)	牛乳 (3時) ふのラスク	牛乳 (3時) やきいも	牛乳 (3時) 柿 ぱりんこ	牛乳 (3時) りんご バタークッキー
15日	16日	17日	18日	19日	20日
牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)
炊き込みごはん 大根のそぼろ煮 ふとわかめのみそ汁	ちゃんぽん麺 ひじき豆 キャンディチーズ	ごはん 肉じゃが 豚汁	ロールパン ハンバーグ ジャーマンポテト トマトオニオンスープ	麦ごはん さばの梅煮 白菜と揚げの煮びたし えのきと三葉のすまし汁	野菜たっぷり牛丼 わかめ卵スープ
牛乳 (3時) 早生みかん 満月ポン	牛乳 (3時) ちぢみ	牛乳 (3時) バナナ うす焼 (サラダ)	牛乳 (3時) バイクドチーズケーキ	牛乳 (3時) フライドポテト	牛乳 (3時) バナナ 新潟仕込み
22日	23日	24日	25日	26日	27日
牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)
ミニ食パン(ミルク) ポークチャップ じゃこピー トマトとレタスの卵スープ	マーボー丼 大根と揚げのみそ汁	ごはん 肉とチンゲン菜の炒め物 かぼちゃと玉葱のみそ汁	きつねうどん <small>キャベツとほうれん草のごま和え</small>	芋ごはん たらのみそマヨ焼き 小松菜の炒め物 玉葱のみそ汁	ごはん 鶏と高野の煮物 大根と人参のみそ汁
牛乳 (3時) 鮭ごはん	牛乳 (3時) 黒糖蒸しパン	牛乳 (3時) 柿 はちみつミッドナイト	牛乳 (3時) バナナ 新潟仕込み	お茶 パイナップル缶詰 ヨーグルト	牛乳 (3時) りんご リッツ
29日	30日	★31日			
牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)			
ごはん 豚肉と春雨のごまいため じゃがいもと玉葱のみそ汁	カレーライス マカロニサラダ 	ぶどうパン パンブキングラタン かぼちゃのスープ			
牛乳 (3時) チョコバナナケーキ	牛乳 (3時) りんご バタークッキー	牛乳 (3時) ハロウィンクッキー			

☆食物アレルギーのある園児への対応をしています。