

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
			牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)
			栗ごはん うさぎ大根と厚揚げの煮物 鶏と里芋のごまみそ汁	野菜たっぷり牛丼 わかめ卵スープ	ごはん 豆腐チャンプル 白菜と揚げのみそ汁
			牛乳 (3時) 月見団子	牛乳 (3時) バナナ ビスコ	牛乳 (3時) 黄桃缶 ココナッツサブレ (1)
5日	6日	7日	8日	9日	10日
牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	牛乳 (10時)	
ハヤシライス 大根の三色サラダ	マーボー丼 中華スープ	ごはん さけの幽庵焼き れんこんとごぼうのきんぴら 豆腐とわかめのみそ汁	ミートスパゲティ ヨーグルトサラダ キャンディチーズ	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	運動会
牛乳 (3時) りんご ハイハイ	牛乳 (3時) 梨 ハッピーターン (1)	牛乳 (3時) ふのラスク	牛乳 (3時) キャロットゼリー	牛乳 (3時) やきいも	
12日	13日	14日	15日	16日	17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)
ごはん 肉とチンゲン菜の炒め物 ふとえのきのみそ汁	ちゃんぽん麺 ひじき豆	ピラフ 小松菜のにんにく塩炒め 舞茸の豆乳スープ	ホットドッグ バターポテト ツナとチンゲン菜のコンスープ	ごはん かれのい煮付け 胡瓜の酢の物 豚汁	野菜たっぷり牛丼 わかめ卵スープ
牛乳 (3時) 柿 リッツ	牛乳 (3時) 黒糖蒸しパン	牛乳 (3時) マカロニのあべかわ風	牛乳 (3時) 梅じゃこにぎり	牛乳 (3時) ちぢみ	牛乳 (3時) バナナ ビスコ
19日	20日	21日	22日	23日	24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	麦ごはん さばの竜田揚げ ひじきと小松菜のツグ さつま汁	ごはん 豆腐チャンプル 白菜と揚げのみそ汁	焼そば 鶏ときのこのスープ キャンディチーズ	カレーライス マカロニサラダ	マーボー丼 中華スープ
牛乳 (3時) 鮭ごはん	牛乳 (3時) りんご ハーベスト セザミ	牛乳 (3時) 黄桃缶 ココナッツサブレ (1)	牛乳 (3時) キャロットゼリー	牛乳 (3時) チョコバナナケーキ	牛乳 (3時) 梨 ハッピーターン (1)
26日	27日	28日	29日	30日	31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)
ごはん 鶏と高野の煮物 レバーの甘辛煮 大根と人参のみそ汁	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	ちゃんぽん麺 ひじき豆	ピラフ 小松菜のにんにく塩炒め 舞茸の豆乳スープ	ぶどうパン パンブキンシチュー フルーツサラダ	ハヤシライス 大根の三色サラダ
牛乳 (3時) やきいも	お茶 パイン缶詰 ヨーグルト	牛乳 (3時) 黒糖蒸しパン	牛乳 (3時) マカロニのあべかわ風	牛乳 (3時) ハロウィンクッキー	牛乳 (3時) りんご ハイハイ

☆アレルギーのある園児に対応しています。