１０月の献立表

保育園　　光の園幼稚園

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
ロールパン クリームシチュー 胡瓜とｷｬﾍﾞﾂの中華サラダ	麦ごはん さけの幽庵焼き 白菜と揚げの煮びたし 豆腐とわかめのみそ汁	ピラフ レバニラ炒め 舞茸の豆乳ｽｰﾌﾟ	ミートスパゲティ ヨーグルトサラダ	ビビンバ ほうれん草ともやしのナムル にらとしめじの卵スープ	ごはん 肉じゃが キャベツとえのきのみそ汁
牛乳（3時） 中華おこわ	牛乳（3時） 黒糖蒸しパン	牛乳（3時） やきいも	牛乳（3時） みかん（1/2） マンナﾋﾞｽｹｯﾄ(2)	牛乳（3時） バナナ ハイハイン	お茶 ｵﾆｷﾞﾘｾﾝﾍﾞｲｷﾞﾝｼｬﾘ(2) うす焼（サラダ）
9日	10日	11日	12日	13日	14日
スポーツの日	カレーライス マカロニサラダ	ごはん かれいの煮付け 切干大根の煮物 さつま汁	焼そば 鶏ときのこのスープ	うめごはん なすびの炒め煮 レバーの甘辛煮 小松菜と玉葱のみそ汁	幼稚園運動会
	牛乳（3時） ふのラスク	お茶 パイン缶詰 ヨーグルト	牛乳（3時） ごまとチーズのケーキ	牛乳（3時） ちぢみ	
16日	17日	18日	19日	20日	21日
ビビンバ ほうれん草ともやしのナ にらとしめじの卵スープ	ロールパン クリームシチュー 胡瓜とｷｬﾍﾞﾂの中華サラダ	芋ごはん 韓国風の炒め物 むらくも汁	ミートスパゲティ ヨーグルトサラダ	麦ごはん さけの幽庵焼き 白菜と揚げの煮びたし 豆腐とわかめのみそ汁	ハヤシライス 大根の三色サラダ
牛乳（3時） バナナ ハイハイン	牛乳（3時） 中華おこわ	牛乳（3時） おからとコーンのスコー	牛乳（3時） みかん（1/2） マンナﾋﾞｽｹｯﾄ(2)	牛乳（3時） 黒糖蒸しパン	お茶 ぱりんこ(2) 新潟仕込み(2)
23日	24日	25日	26日	27日	28日
カレーライス マカロニサラダ	うめごはん なすびの炒め煮 レバーの甘辛煮 小松菜と玉葱のみそ汁	焼そば 鶏ときのこのスープ	ピラフ レバニラ炒め 舞茸の豆乳ｽｰﾌﾟ	ごはん かれいの煮付け 切干大根の煮物 さつま汁	ごはん 肉じゃが キャベツとえのきのみそ汁
牛乳（3時） ふのラスク	牛乳（3時） ちぢみ	牛乳（3時） ごまとチーズのケーキ	牛乳（3時） やきいも	お茶 パイン缶詰 ヨーグルト	お茶 ｵﾆｷﾞﾘｾﾝﾍﾞｲｷﾞﾝｼｬﾘ(2) うす焼（サラダ）
★30日	31日				
イエローパン パンプキンシチュー 胡瓜とトマトのサラダ	芋ごはん 韓国風の炒め物 むらくも汁				
牛乳（3時） ハロウィンクッキー	牛乳（3時） おからとコーンのスコーン				