

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
		マーボー丼 わかめ卵スープ	ごはん かれのいの煮付け 切干大根の煮物 さつま汁	ミートスパゲティ ヨーグルトサラダ	ごはん 豚肉と春雨のごまいため じゃが芋と玉葱のみそ汁
		牛乳 (3時) みかん (1/2) ハッピーターン (1)	牛乳 (3時) 食パンDEメロンパン	牛乳 (3時) 鮭ごはん	お茶 オニギリセバイギンシャリ (2) 新潟仕込み (2)
★6日	7日	8日	9日	10日	11日
栗ごはん 大根と厚揚げの煮物 豚肉と白菜のごまみそ汁	きつねうどん 小松菜のにんにく塩炒め	ピラフ レバにら炒め 鶏と舞茸の豆乳スープ	ホットドック バターポテト 鶏ときのこのスープ	ごはん さわらの幽庵焼き 小松菜の煮びたし 豆腐とわかめのみそ汁	ごはん 肉じゃが キャベツのみそ汁
牛乳 (3時) さつまいもの月見もち	牛乳 (3時) じゃこごはん	牛乳 (3時) バナナ ビスコ (2)	お茶 パイン缶詰 ヨーグルト	牛乳 (3時) のり塩ポテト	お茶 ぱりんこ (2) ハッピーターン (2)
13日	14日	15日	16日	17日	18日
スポーツの日	カレーライス 胡瓜とキャベツの中華サラダ	マーボー丼 わかめ卵スープ	冷やしうどん レバーの甘辛煮	ごはん すき焼風煮 ふとわかめのみそ汁	幼稚園 運動会
	牛乳 (3時) ふのラスク	牛乳 (3時) みかん (1/2) ハッピーターン (1)	牛乳 (3時) とうもろこしごはん	牛乳 (3時) やきりんご	
20日	21日	22日	23日	24日	25日
うめごはん 鶏と高野の煮物 むらくも汁	麦ごはん 豆腐チャンプル 大根と人参のみそ汁	ピラフ レバにら炒め 鶏と舞茸の豆乳スープ	ごはん かれのいの煮付け さつま汁 切干大根の煮物	ミートスパゲティ ヨーグルトサラダ	ごはん 肉じゃが キャベツのみそ汁
牛乳 (3時) マカロニのあべかわ風	お茶 パイン缶詰 ヨーグルト	牛乳 (3時) バナナ ビスコ (2)	牛乳 (3時) 食パンDEメロンパン	牛乳 (3時) 鮭ごはん	お茶 ぱりんこ (2) ハッピーターン (2)
27日	28日	29日	★30日	31日	
カレーライス 胡瓜とキャベツの中華サラダ	冷やしうどん レバーの甘辛煮	ごはん さわらの幽庵焼き 小松菜の煮びたし 豆腐とわかめのみそ汁	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	ごはん すき焼風煮 ふとわかめのみそ汁	
牛乳 (3時) ふのラスク	牛乳 (3時) とうもろこしごはん	牛乳 (3時) のり塩ポテト	牛乳 (3時) ハロウィンクッキー	牛乳 (3時) やきりんご	

☆アレルギーのある園児に対応しています