

10月の献立カレンダー



	月	火	水	木	金	土
昼食		1 麦ごはん 魚の磯辺揚げ レタス 季節の具だくさんみそ汁	2 麦ごはん 牛肉と野菜の焼肉炒め 中華スープ	3 麦ごはん 高野豆腐の卵とじ 鶏肉とコロコロ野菜の清汁	4 食パン 鶏肉とかぼちゃグラタン 野菜スープ	5運動会
10時		パイ	バナナ	もも	豆乳クッキー	
3時		シュガートースト	さつまいもと栗のタルト	フルーツゼリー・クッキー	肉まんじゅう	
昼食	7 麦ごはん 鶏肉とさといもの旨煮 すまし汁	8 麦ごはん きのこカレー ひじきサラダ	9 ロールパン ローストチキン 人参グラッセ トマトスープ	10 麦ごはん 魚の塩焼き ゆでいんげん けんちん汁	11 麦ごはん 揚げシュウマイ サラダ菜 じゃがいものみそ汁	12 わかめうどん ヨーグルト
10時	コーンフレーク	りんご	みかん	せんべい	キウイフルーツ	ウエハース
3時	なし・かりんとう	人参カップケーキ	カステラ	大学いも	カトルカール	丸ボーロ
昼食	14スポーツの日 	15 麦ごはん チャブチェ チンゲンサイのスープ	16 かぼちゃパン 肉団子と野菜のスープ マセドアンサラダ	17 麦ごはん 魚の磯辺揚げ レタス 季節の具だくさんみそ汁	18秋の遠足 肉うどん フルーツゼリー	19 トマトスパゲティ ヨーグルト
10時		チーズ・クラッカー	ウエハース	パイ	バナナ	せんべい
3時		レーズンスコーン	オレンジ・ポップコーン	シュガートースト	さつまいもと栗のタルト	サブレ
昼食	21 麦ごはん 高野豆腐の卵とじ 鶏肉とコロコロ野菜の清汁	22 食パン 鶏肉とかぼちゃグラタン 野菜スープ	23 麦ごはん 鶏肉とさといもの旨煮 すまし汁	24 麦ごはん きのこカレー ひじきサラダ	25 ロールパン ローストチキン 人参グラッセ トマトスープ	26 わかめうどん ヨーグルト
10時	もも	豆乳クッキー	コーンフレーク	りんご	みかん	ウエハース
3時	フルーツゼリー・クッキー	肉まんじゅう	なし・かりんとう	人参カップケーキ	カステラ	丸ボーロ
昼食	28 麦ごはん 魚の塩焼き ゆでいんげん けんちん汁	29 麦ごはん 揚げシュウマイ サラダ菜 じゃがいものみそ汁	30 麦ごはん チャブチェ チンゲンサイのスープ	31 かぼちゃパン 肉団子と野菜のスープ マセドアンサラダ		
10時	せんべい	キウイフルーツ	チーズ・クラッカー	ウエハース		
3時	ふかしいも	カトルカール	ビスケット	オレンジ・ポップコーン		

- 10時のおやつには牛乳、3時のおやつにはスキムミルクまたは豆乳がついています。
- 10時のおやつは、未満児のみにになります。
- 材料の都合により、一部変更になる場合があります。
- 未満児のお汁は、_____で表示しています。
- 新メニューは★マークで表示しています。

