

10月の献立カレンダー

	月	火	水	木	金	土
昼食				1 ぶどうパン かぼちゃのクリームシチュー フレンチサラダ	2 牛丼 シャッキリみそ汁	3 親子うどん ヨーグルト
10時				もも	チーズ・クラッカー	ウエハース
3時				ココアマーブルケーキ	プリン	ムーンライト
昼食	5 ロールパン ハンバーグ にんじんグラッセ トマトスープ(じゃがいも) (以：牛乳)	6 麦ごはん 魚の香味焼き 切り干し大根の和え物 さつま芋のみそ汁	7 麦ごはん 鶏肉とさといもの旨煮 昆布の佃煮 豆腐と卵のすまし汁	8 麦ごはん ひじき入り卵焼き ゆでブロッコリー 野菜スープ	9 麦ごはん ★ヤンニョムチキン風 レタス チンゲンサイスープ	10 スパゲティ・ミートソース ヨーグルト
10時	コーンフレーク	キウイフルーツ	パイ	せんべい	みかん	せんべい
3時	みかん・せんべい	マーラーカオ	ヨーグルト・ビスケット	いちごジャムの米粉マフィン	マカロニのきな粉和え	カステラ
昼食	12スポーツの日 	13 麦ごはん ★魚のカレーフリッター レモン酢和え けんちん汁	14 麦ごはん 豚肉のプルコギ 鶏ひき肉の中華スープ	15 ぶどうパン かぼちゃのクリームシチュー フレンチサラダ	16 麦ごはん 鶏のマリネ焼き ブロッコリーサラダ ベーコンスープ	17 きつねうどん ヨーグルト
10時		豆乳クッキー	オレンジ	もも	バナナ	ウエハース
3時		バナナ・チーズ・クラッカー	ジャムサンド(りんご)	ココアマーブルケーキ	フルーツゼリー・ビスケット	ドーナツ
昼食	19 ロールパン ハンバーグ にんじんグラッセ トマトスープ(じゃがいも) (以：牛乳)	20 麦ごはん 魚の香味焼き 切り干し大根の和え物 さつま芋のみそ汁	21 麦ごはん 鶏肉とさといもの旨煮 昆布の佃煮 豆腐と卵のすまし汁	22 麦ごはん ひじき入り卵焼き ゆでブロッコリー 野菜スープ	23 麦ごはん ★ヤンニョムチキン風 レタス チンゲンサイスープ	24 スパゲティ・ミートソース ヨーグルト
10時	コーンフレーク	キウイフルーツ	パイ	せんべい	みかん	せんべい
3時	みかん・せんべい	マーラーカオ	ヨーグルト・ビスケット	いちごジャムの米粉マフィン	マカロニのきな粉和え	カステラ
昼食	26 牛丼 シャッキリみそ汁	27 麦ごはん ★魚のカレーフリッター レモン酢和え けんちん汁	28 麦ごはん 豚肉のプルコギ 鶏ひき肉の中華スープ	29 コッペパン ポトフ(だいこん) マセドアンサラダ	30 麦ごはん 鶏のマリネ焼き ブロッコリーサラダ ベーコンスープ	31 親子うどん ヨーグルト
10時	チーズ・クラッカー	豆乳クッキー	オレンジ	もも	バナナ	ウエハース
3時	プリン	バナナ・チーズ・クラッカー	ジャムサンド(りんご)	スイートポテト	フルーツゼリー・ビスケット	ムーンライト

- 3時飲み物表示：豆乳 飲むヨーグルト お茶 牛乳 それ以外はスキムミルクです
- 10時のおやつは、未満児のみになります。飲み物は牛乳です。
- 材料の都合により、一部変更になる場合があります。
- 新メニューは★マークで表示しています。
- カルシウム強化の目的でパンの日に3歳以上児さんは牛乳を提供します(5日・19)

