

# 10月予定献立表

日	曜日	主食と朝のおやつ	昼ご飯	午後おやつ
		(3歳未満児)		
1	土	ごはん・牛乳 卵ボーロ	きつねうどん パイン缶 キャベツの和え物	牛乳 ワッフル
2	日			
3	月	ごはん・牛乳 チーズ	魚の照り焼き ごぼうサラダ キャベツのみそ汁 みかん缶	牛乳 ポテトもち
4	火	ごはん・お茶 ヨーグルト	豆腐のおとし揚げ ごまじゃこ和え 麩のすまし汁	ミルク(牛乳) 柿 せんべい
5	水	ごはん・牛乳 コーンフレーク	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ コーンスープ	牛乳 グレープゼリー
6	木	ごはん・牛乳 せんべい	大豆とひじきの炒り煮 三色和え おくらのみそ汁	お茶 フルーツヨーグルト
7	金	ごはん・牛乳 もも缶	ハンバーグ 添)キャベツ・きゅうり・トマト オニオンスープ	牛乳 ピーチケーキ
8	土	ごはん・牛乳 クッキー	豚肉と春雨の炒め煮 パナナ なすのみそ汁	牛乳 ミニパン
9	日			
10	月		<b>スポーツの日</b>	
11	火	ごはん・飲むヨーグルト せんべい	魚のカレームニエル 小松菜とコーンのソテー 豚汁	牛乳 お芋ちゃん
12	水	ごはん・牛乳 ビスコ	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ ウィナー	お茶 おにぎり&浅漬け
13	木	ごはん・牛乳 クラッカー	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 ほうれん草のおかか和え かきたま汁	お茶 みるくっこ
14	金	ごはん・牛乳 パナナ	 <b>おべんとうの日</b>	牛乳 チーズおやき
15	土	ごはん・牛乳 卵ボーロ	きつねうどん パイン缶 キャベツの和え物	牛乳 ミニパン
16	日			
17	月	ごはん・牛乳 チーズ	魚の照り焼き ごぼうサラダ キャベツのみそ汁 みかん缶	牛乳 ポテトもち
18	火	ごはん・お茶 ヨーグルト	豆腐のおとし揚げ ごまじゃこ和え 麩のすまし汁	牛乳 袋菓子
19	水	ごはん・牛乳 お菓子	おぼけちゃんドライカレー から揚げ かぼちゃサラダ スープ テザート 	牛乳 ドーナツ
20	木	ごはん・牛乳 せんべい	大豆とひじきの炒り煮 三色和え おくらのみそ汁	お茶 フルーツヨーグルト
21	金	ごはん・牛乳 もも缶	ハンバーグ 添)キャベツ・きゅうり・トマト オニオンスープ	牛乳 ピーチケーキ
22	土	ごはん・牛乳 クラッカー	豚肉と春雨の炒め煮 パナナ なすのみそ汁	牛乳 ミニパン
23	日			
24	月	ごはん・牛乳 みかん缶	昆布煮 おくらの和え物 千ゲン菜のみそ汁	ミルク(牛乳) りんご チーズ
25	火	ごはん・飲むヨーグルト せんべい	魚のカレームニエル 小松菜とコーンのソテー 豚汁	牛乳 芋チョコラ
26	水	ごはん・牛乳 ビスコ	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ ウィナー	お茶 ごまじゃこおにぎり
27	木	ごはん・牛乳 クラッカー	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 ほうれん草のおかか和え かきたま汁	お茶 みるくっこ
28	金	ごはん・牛乳 パナナ	鶏のみそ焼き 添)フロッキー・トマト スパゲッティツナサラダ すまし汁	牛乳 チーズおやき
29	土	ごはん・牛乳 卵ボーロ	きつねうどん パイン缶 キャベツの和え物	牛乳 ワッフル
30	日			
31	月	ごはん・牛乳 チーズ	魚の照り焼き ごぼうサラダ キャベツのみそ汁 みかん缶	牛乳・お菓子  カッププリン 

※都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。