

# 10月予定献立表

日	曜日	主食と朝のおやつ (3歳未満児)	昼ご飯	午後おやつ
1	火	ごはん・クラッカー 飲むヨーグルト	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ たまごスープ	お茶 おにぎり
2	水	ごはん・牛乳 バナナ	魚のきじ焼き ごぼうサラダ キャベツのみそ汁	牛乳 オレンジゼリー&せんべい
3	木	ごはん・牛乳 もも缶	切り昆布煮 中華サラダ 豆腐のみそ汁 みかん	牛乳 フレンチトースト
4	金	ごはん・牛乳 せんべい	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	お茶 ヨーグルト&クッキー
5	土	ごはん・牛乳 お菓子	豚肉と春雨の炒め煮 大根のみそ汁 パイン缶	牛乳 ミニパン
6	日			
7	月	ごはん・クッキー 飲むヨーグルト	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ ウインナー	牛乳 かぼちゃのパンケーキ
8	火	ごはん・牛乳 お菓子	豆腐の落とし揚げ ごまじゃこ和え お麩のすまし汁	牛乳 マカロニあべかわ
9	水	ごはん・牛乳 チーズ	魚のムニエル 豚汁 ほうれん草とコーンのソテー	牛乳 お芋ちゃん
10	木	ごはん・牛乳 ビスコ	鶏肉のみそ焼き すまし汁 添え(サラダ菜) スパゲッティツナサラダ	牛乳 プリン&せんべい
11	金	誕生会 ごはん・牛乳 お菓子	きのこごはん とりのから揚げ マカロニサラダ すまし汁 デザート	牛乳 ドーナツ
12	土	ごはん・牛乳 お菓子	肉うどん きゃべつの和え物 みかん	牛乳 お菓子
13	日			
14	月		<b>体育の日</b>	
15	火	ごはん・牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え 白菜のみそ汁	ミルク リンゴ&ビスケット
16	水	ごはん・牛乳 バナナ	魚のきじ焼き ごぼうサラダ キャベツのみそ汁	牛乳 オレンジゼリー&せんべい
17	木	ごはん・牛乳 もも缶	切り昆布煮 中華サラダ 豆腐のみそ汁 みかん	牛乳 フレンチトースト
18	金	ごはん・牛乳 せんべい	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	お茶 ヨーグルト&クッキー
19	土	ごはん・牛乳 お菓子	豚肉と春雨の炒め煮 大根のみそ汁 パイン缶	牛乳 ミニパン
20	日			
21	月	ごはん・クッキー 飲むヨーグルト	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ ウインナー	牛乳 かぼちゃのパンケーキ
22	火		<b>即位礼正殿の儀</b>	
23	水	ごはん・牛乳 お菓子	<b>お弁当の日</b>	牛乳 ドーナツ
24	木	ごはん・牛乳 ビスコ	鶏肉のみそ焼き すまし汁 添え(サラダ菜) スパゲッティツナサラダ	牛乳 梨&せんべい
25	金	ごはん・牛乳 おかき	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 香味漬け かきたま汁	飲むヨーグルト バナナ&お菓子
26	土	ごはん・牛乳 お菓子	肉うどん きゃべつの和え物 みかん	牛乳 お菓子
27	日			
28	月	ごはん・牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え 白菜のみそ汁	ミルク リンゴ&ビスケット
29	火	ごはん・クラッカー 飲むヨーグルト	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ たまごスープ	お茶 おにぎり
30	水	ごはん・牛乳 バナナ	魚のきじ焼き ごぼうサラダ キャベツのみそ汁	牛乳 ゼリー&せんべい
31	木	ごはん・牛乳 もも缶	切り昆布煮 中華サラダ 豆腐のみそ汁 みかん	牛乳 おやつぱん