

10月献立表

★は手作りおやつ、下線部は前歯がぶり

日	曜	午前おやつ (3歳未満児)	昼食	午後おやつ
1	木	牛乳・ボーロ	塩マーボー豆腐,納豆和え,わかめのスープ	牛乳,クッキー
2	金	牛乳・ビスケット	魚の玉ねぎソースかけ,かぼちゃサラダ ミネストローネ	牛乳,★ココア蒸しパン
3	土	牛乳・ウエハース	牛乳,パン,プリン	お菓子
5	月	牛乳・おせんべい	大豆カレー,切干大根のサラダ,りんご	牛乳, ★ほうれん草のキッシュ
6	火	牛乳・ビスコ	魚のポテト焼き,ツナサラダ,なめこの味噌汁	牛乳,★さつまいも天ぷら
7	水	牛乳・コーンフレーク	ハンバーグ,ポパイサラダ,野菜スープ	麦茶,コアヨーグルト おせんべい
8	木	牛乳・丸ぼうろ	豚肉と大豆の煮物,小松菜のごま和え,納豆味噌汁	牛乳,甘酒まんじゅう
9	金	牛乳・クラッカー	魚のごま焼き,なめたけ和え,さつま汁	牛乳, ★ブルーベリーマフィン
10	土	牛乳・ウエハース	牛乳,パン,プリン	お菓子
12	月		スポーツの日	
13	火	牛乳・ビスケット	華風丼,鶏レバーのケチャップ煮,果物ゼリー	牛乳, ★煮りんごのヨーグルトかけ
14	水	牛乳・じゃこ・おかき	タンドリーチキン,りっちゃんサラダ さつまいものポタージュ	麦茶,★梅ちりおにぎり
15	木	牛乳・ビスコ	ピクニックの日	ジョア,クッキー おせんべい
16	金	牛乳・クラッカー	大豆とひじきのかき揚げ,海藻サラダ,豆腐の味噌汁	牛乳,★お麩スナック
17	土	牛乳・ウエハース	チキンライス,チンゲン菜のスープ,バナナ	牛乳,お菓子
19	月	牛乳・おせんべい	ハヤシシチュー,茎わかめの酢物,オレンジ	牛乳,お祭りおやつ
20	火	牛乳・ビスコ	魚の照り焼き,さつまいもサラダ,きのこスープ	牛乳,野菜スティック, クラッカー
21	水	牛乳・コーンフレーク	焼肉,チョレギサラダ,コーンと卵のスープ	麦茶,★きのこうどん
22	木	牛乳・丸ぼうろ	高野豆腐の煮物,青菜とコーンのサラダ わかめの味噌汁	牛乳 ★アメリカンホットケーキ
23	金	牛乳・ボーロ	魚のソース煮,人参シシリ,里芋味噌汁	牛乳,強化ウエハース バナナ
24	土	牛乳・ウエハース	和風スパゲティー,ほうれん草のスープ,オレンジ	お菓子
26	月	牛乳・ビスケット	太平燕,レバニラ炒め,果物ゼリー	牛乳,★黄粉トースト
27	火	牛乳・おせんべい	魚の磯辺揚げ,白菜のおかか和え,ふのお吸い物	牛乳,りんご,クッキー
28	水	牛乳・じゃこ・おかき	がめ煮,人参サラダ,えのき味噌汁	牛乳,かりんとう
29	木	牛乳・クラッカー	カレービーンズ,ブロッコリーのソテー,豆乳スープ	麦茶 ★フルーツヨーグルト
30	金	牛乳・ビスコ	鮭のマーマレード焼き,大根とツナのサラダ せんべい汁	牛乳,★カップケーキ
31	土	牛乳・ウエハース	牛乳,パン,プリン	お菓子

※食材の都合で内容を変更することがあります
 ※0歳児は月齢と個人に応じた離乳食を準備します
 ※3歳未満児のクラスには白ご飯が付きます

旬の食材

しいたけ,さつまいも,小松菜,里芋,南瓜
 大豆,なめこ,しめじ,柿,りんご,かつお
 かんばち,鮭