

＊ 10がつのこんだて ＊

ひ に ち	よ う び	主 食	お か ず	ね つ や ち か ら に な る	ち や に く に な る	ち ょう し を と の え る	10時 お や つ	3時 お や つ
1	か	ごはん	ぶたにくのたまねぎソースあげ ほうれんそうときのこのサラダ かき	こめ かたくりこ さとう マヨネーズ	ぶたにく ベーコン	ほうれんそう えのき しめじ たまねぎ	ウエハース	コーンフレーク ぎゅうにゅう
2	すい	しらすごはん	しょうがやき ゆかりあえ おすいもの ギゅうにゅう	こめ あぶら ごま	しらす とりにく とうふ ギゅうにゅう	たまねぎ しょうが きゅうり キャベツ	クッキー	クッキー せんべい
3	もく	ごはん	とりにくのあますあんかけ ナムル りんご	こめ さとう かたくりこ ごまあぶら	とりにく	ぼんのうねぎ もやし にんじん ほうれんそう	パイ	カステラ ぎゅうにゅう
4	きん	わかめ うどん	みそドレサラダ ギゅうにゅう	うどん さとう ごまあぶら あげだま	ハム ナルト わかめ ギゅうにゅう	きゅうり キャベツ ながねぎ	ぼんせん	せんべい クッキー
5	ど	チャーハン	はくさいスープ キウイ ギゅうにゅう	こめ ごまあぶら	たまご ぶたにく ベーコン ギゅうにゅう	ながねぎ たまねぎ しいたけ はくさい	せんべい	せんべい チーズサンド
7	げつ	ごはん	ひとくちカツ わかめのおかかあえ いしかりじる きよほう	こめ パンこ あぶら	ぶたにく さけ わかめ	たまねぎ だいこん はくさい ながねぎ	クリーム サンド	せんべい ジャムサンド ぎゅうにゅう
8	か	メープルパン	チキンのトマトに アスパラ (マヨネーズ) コーン ギゅうにゅう	パン オリーブオイル さとう	とりにく チーズ ギゅうにゅう	トマト ピーマン たまねぎ アスパラ	ジュース 乳児:カステラ	いなりすし
9	すい	ごはん	ぶたにくのBBQソースやき いんげんのソテー パイナップル (かんづめ) ギゅうにゅう	こめ バター あぶら	ぶたにく ギゅうにゅう	たまねぎ にんにく いんげん	ビスケット	せんべい サブレ
10	もく	むぎごはん	とりつくね ほうれんそうのごまあえ	こめ おおむぎ かたくりこ さとう	とりにく	たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう	クッキー	すめめ ソフトケーキ ぎゅうにゅう
11	きん	たにんどん	メロン ギゅうにゅう	こめ さとう かたくりこ	ぶたにく たまご ギゅうにゅう	にんじん たまねぎ ながねぎ	ふがし	ロールケーキ
12	ど	ナスミート スパゲティ	バナナ ギゅうにゅう	スパゲティ あぶら	ぶたにく チーズ ギゅうにゅう	にんじん たまねぎ なす パセリ	せんべい	せんべい クッキー
15	か	ちゃめし	おでん グレープフルーツ	こめ ちくわぶ	ウインナー さつまあげ がんもどき	にんじん だいこん	せんべい	ミルクプリン
16	すい	メンチカツパン	ミニトマト ABCスープ かき ギゅうにゅう	パン あぶら マカロニ	ぶたにく ベーコン ギゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ	ぼんせん	ビスケット チーズ
17	もく	ごはん (やきのり)	とりにくのにももの たことキャベツのちゅうかサラダ ギゅうにゅう	こめ さとう ごまあぶら	とりにく たこ ギゅうにゅう	きゅうり キャベツ にんにく しょうが	えびせん	フルーツポンチ
18	きん	にこみふう うどん	りんご ギゅうにゅう	うどん	とりにく たまご ギゅうにゅう	ながねぎ こまつな にんじん	ラスク	おにぎり
19	ど	ごはん	さけのマヨやき ひじきのにももの	こめ ごまあぶら マヨネーズ ごま	さけ あぶらあげ ひじき	にんじん いんげん たまねぎ	ビスケット	せんべい クリームサンド ぎゅうにゅう
21	げつ	ふりかけ ごはん	やさしいため みかん ギゅうにゅう	こめ あぶら ごま	ぶたにく たまご ギゅうにゅう	ピーマン キャベツ もやし たまねぎ	せんべい	せんべい カステラ
22	か	白パン	とりのたつたあげ ぼんさんすい ギゅうにゅう	パン ごまあぶら さとう はるさめ	とりにく ハム たまご ギゅうにゅう	にんじん きゅうり	おもいのレストラン	せんべい ビスケット
23	すい	ごはん	ぶりのにつけ だいこんサラダ パイナップル	こめ ごま あぶら さとう	ぶり ハム	だいこん にんじん きゅうり しょうが	せんべい	せんべい ビスケット ぎゅうにゅう
24	もく	ごぼうと ひきにくのごはん	あつやきたまご はくさいのあさづけ キウイ	こめ ごま さとう	ぶたにく たまご	ごぼう にんじん きゅうり はくさい	クッキー	ねじりあげ ラムネ ジュース
25	きん	キャベツとツナの スープスパゲティ	じゃがいもフライ ギゅうにゅう	スパゲティ あぶら こむぎこ じゃがいも	ツナ ギゅうにゅう	キャベツ にんにく しめじ	ビスケット	あんぱん
26	ど	ごはん	ぶたにくとほうれんそうのみそいため アーサーじる きよほう ギゅうにゅう	こめ ごまあぶら	ぶたにく とうふ ギゅうにゅう	にんじん たまねぎ ほうれんそう	ぼんせん	バームクーヘン
28	げつ	くりごはん	まぐろのかくに しらあえ メロン ギゅうにゅう	こめ さとう ごま	まぐろ とうふ ギゅうにゅう	にんじん しょうが ほうれんそう	サブレ	ビスケット せんべい
29	か	レーズンパン	クリームシチュー ブロッコリーのマリネ	パン マカロニ じゃがいも	とりにく ギゅうにゅう	にんじん ブロッコリー たまねぎ パセリ	せんべい	バナナ せんべい ぎゅうにゅう
30	すい	ごはん	にくだんごのケチャップあえ のりサラダ ちゅうかコーンスープ わっふるドッグ	こめ ごまあぶら かたくりこ	たまご ぶたにく	ほうれんそう えのき にんじん	さつまけんぴ	せんべい クッキー ぎゅうにゅう
31	もく	もやしとぶたにく のあんかけそば	かき ギゅうにゅう	ちゅうかめん ごまあぶら かたくりこ	ぶたにく ギゅうにゅう	パプリカ たまねぎ にら もやし	せんべい	おにぎり

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります。

○●延長保育用おやつ別途あります●○

○●水筒を忘れずにご持参下さい●○



10月8日は
運動会の予行練習です。
10時のおやつに
全員ジュースが出ます。



おもいのレストラン (10月22日)

年長組さんが掘ったおもいを
みんなでいただきます。

◆◇メニュー◇◆
☆大学芋 ☆ふかし芋 ☆麦茶



おたんじょうび
おめでとう
誕生会
☆30日☆

