

# 10月 献立予定表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
						1		2		3	
						なすのナポリタン、ごぼうと豆腐のスープ、ひじきのサラダ、ピーチゼリー		ごはん、豆腐のみそ汁、カレーの煮魚、三色野菜ソテー、バナナ		カラフルピラフ、麦茶、大豆と鶏肉の煮物、さつま芋スティック、ヨーグルト	
						牛乳、おにぎり		牛乳、野菜焼きドーナツ、せんべい		牛乳、ビスケットパン	
5		6		7		8		9		10	
ごはん、さつま芋のみそ汁、鶏肉と大豆のオープン焼き、大根の煮物、ピオーネ		キッズビビンバ丼、春雨スープ、えりんぎポテトソテー、梨		ごはん、なすのみそ汁、豆腐の松風焼き、じゃが芋のミモザサラダ		けんちんうどん、野菜のチーズ焼き、ぶどうゼリー		ごはん、豆腐のみそ汁、鮭のコンクリーム、きんぴらごぼう、りんご		おにぎり、牛乳、彩りハンバーグ、ブロッコリーサラダ、バナナ	
牛乳、ジャムサンドイッチ		牛乳、ヨーグルト、野菜サブレ		牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、おにぎり		牛乳、キャロットケーキ		牛乳、蒸しパン	
12		13		14		15		16		17	
体育の日		ごはん、じゃが芋のみそ汁、ツナチーズ焼き、ひじきと大豆の煮物、梨		焼きそば、ねぎ豆腐のスープ、さつま芋サラダ、ミニゼリー		納豆ごはん、卵豆腐のすまし汁、鶏肉となすのみそ焼き、ポテトひじきソテー、りんご		ごはん、さつま芋のみそ汁、豆腐ボールのクリーム煮、ブロッコリーコンあえ、人参グラッセ		豚肉と野菜の丼ぶり、麦茶、大豆のカレー風味ソテー、ヨーグルト	
		牛乳、手作りほうれん草パン		牛乳、いなりずし		牛乳、ヨーグルト、野菜ビスケット		牛乳、お誕生会ケーキ		牛乳、スイートデニッシュ	
19		20		21		22		23		24	
ごはん、えのきのみそ汁、大豆の洋風焼き、ほうれん草のナムル風、梨		ごはん、大根のみそ汁、豆腐と青菜のチャンプルー、人参グラッセ、ポテトスティック、ピオーネ		野菜たっぷりしょうゆラーメン、ポテトそばろソテー、青りんごゼリー		なすのポークカレー、チンゲン菜スープ、きゃべつのツナサラダ		ごはん、豆腐のみそ汁、タラの彩り野菜焼き、ごぼうスティック、りんご		おにぎり、牛乳、豆腐コーン焼き、青のりポテト、ブロッコリー、バナナ	
牛乳、きな粉ラスク		牛乳、ヨーグルト、海藻ビスケット		牛乳、いなりずし		牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、さつまいもパイ		牛乳、スティックパン	
26		27		28		29		30		31	
山の幸うどん、ひじきとブロッコリーソテー、みかんゼリー		ごはん、大根のみそ汁、鮭わかめコロッケ、彩り野菜、梨		ごはん、なすのみそ汁、豆腐のポテトグラタン、ブロッコリー、りんご		ごはん、具だくさん豚汁、納豆とほうれん草のオムレツ、青のりポテト、バナナ		ハロウィンランチ		大豆のハヤシライス、麦茶、きゅうりコーンサラダ、ヨーグルト	
牛乳、おにぎり		牛乳、ヨーグルト、野菜サブレ		牛乳、ジャムサンドイッチ		牛乳、グレープバロア、せんべい		牛乳、米粉かぼちゃケーキ		牛乳、はちみつパン	