




	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	2 牛乳100(乳児)、プレミアムクラッカー	3 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食				御飯、豆腐すまし汁(小松菜)、鮭のちゃんちゃん焼き、里芋の煮物	御飯、中華スープ、マーボーなす、中華風和え物(チンゲン菜)	エビピラフ、たまごスープ(キャベツ)、カレー風味ソテー、オレンジ
午後				牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、おから蒸しパン	お茶・麦茶、フルーツヨーグルト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、マカロニきな粉
午前	5 牛乳100(乳児)、カルシウムおかし(甘塩味)	6 牛乳100(乳児)、マンナビスケット	7 牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	8 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	9 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	10 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	三色どんぶり、わかめ汁(大根)、ちくわ磯揚げ、みかん	御飯、みそ汁(じゃが芋・長葱)、さわらの照り焼き、小松菜ともやしの和え物	御飯、豆腐すまし汁(わかめ)、鶏肉のごまみそ焼、れんこんきんぴら	パン・ロールパン、野菜スープ(キャベツ)、たらとのトマト煮、ポテトサラダ、オレンジ、牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)	御飯、わかめスープ(コーン)、生揚げの中華五目煮、もやしとニラの和え物(ハム)	スパゲティ・ナポリタン、野菜スープ、せん野菜サラダ、ヨーグルト
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、スイートポテト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ごまトースト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、バナナハードケーキ	お茶・麦茶、ツナピラフ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、もちもちチーズパン	お茶・麦茶、みそ焼きおにぎり
午前	12	13 牛乳100(乳児)、プレミアムクラッカー	14 牛乳100(乳児)、カルシウムおかし(甘塩味)	15 牛乳100(乳児)、マンナビスケット	16 牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	17 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	体育の日	ハヤシライス・手作り、きゅうりとコーンのサラダ、フルーツヨーグルト	御飯、五目みそ汁(かぼちゃ・ごぼう)、あじのから揚げ、せん野菜の和風サラダ	パン・ロールパン、たまごスープ(キャベツ)、ポテトグラタン、オレンジ	御飯、豆腐すまし汁(小松菜)、さわらのみそマヨ焼き、かぼちゃのそぼろあんかけ	ソース焼きそば、中華スープ(ニラ玉)、いんげんのごまマヨあえ、ヨーグルト(パン)
午後		お茶・麦茶、おやつうどん	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつまいものケーキ	お茶・麦茶、ひじきとツナ御飯	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、フレンチトースト(食パン)	お茶・麦茶、じゃこおにぎり
午前	19 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	20 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	21 牛乳100(乳児)、プレミアムクラッカー	22 牛乳100(乳児)、カルシウムおかし(甘塩味)	23 牛乳100(乳児)、マンナビスケット	24 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	御飯、さつまい、チキンかつ、ひじきの煮物	栗ごはん、五目みそ汁(かぶ・あげ)、たらこの生姜煮、いんげんのごま和え、柿	御飯、かき玉汁(ほうれん草)、肉じゃが、キャベツの胡麻マヨ和え	パン・食パン、たまごスープ(キャベツ)、鮭のコンクリームかけ、かぼちゃのサラダ、オレンジ、牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)	御飯、わかめスープ(キャベツ)、鶏つくねのケチャップ煮、ほうれん草のナムル	焼きうどん・しょうゆ味、わかめスープ、ブロッコリーのごまあえ、バナナヨーグルト
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、チーズポパイケーキ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、じゃこトースト	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、フルーツゼリー	お茶・麦茶、さつまいもそばろご飯	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、コーンフレーククッキー	お茶・麦茶、ごま塩おにぎり
午前	26 牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	27 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	28 牛乳100(乳児)、キャンディーチーズ	29 牛乳100(乳児)、プレミアムクラッカー	30 牛乳100(乳児)、カルシウムおかし(甘塩味)	31 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	ドライカレー、田舎スープ、ブロッコリーのマヨネーズあえ、りんご	御飯、みそ汁(大根・あげ)、あじのかばやき、ほうれん草の胡麻あえ	ケチャップスパゲティ、かぶのスープ、ひじきとにんじんのサラダ、ヨーグルト	御飯、みそ汁(じゃが芋・青菜)、鮭のムニエル、野菜炒め、バナナ	ハロウィン・おぼけライス、かぼちゃスープ、ハンバーグ(野菜添え)、野菜ジュース100	ツナチャーハン、わかめスープ(ねぎ)、野菜炒め、ヨーグルト
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、キャロットケーキ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、りんごとさつまいもの甘煮	お茶・麦茶、中華おこわ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ジャムサンド	ミルクティー、スイートパンプキン	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、スイートポテト煮

★10月の献立〈平均栄養量〉エネルギー・・・572(545)kcal、たんぱく質・・・21.8(21.5)g、脂質・・・15.5(17.1)g、食塩・・・2.2(1.9)g  
 ( )内は乳児(1~2歳)クラス

- ★納品等の都合により、献立は一部変更になる場合があります
- ★午前のおやつは乳児クラスのみ付きます
- ★10/30(金)・・・ハロウィンメニュー♪

