

	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)、ハイハイ
昼食						ツナチャーハン、わかめスープ(ねぎ)、野菜炒め、バナナ
午後						牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、じゃこおにぎり
午前	3 牛乳100(乳児)、バナナ	4 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	5 牛乳100(乳児)、コーンフレーク	6 牛乳100(乳児)、マナビスケット	7 牛乳100(乳児)、ペーチーズ	8 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	御飯、中華スープ(春雨)、酢豚・ケチャップ味、もやしとニラの和え物(ハム)	御飯、みそ汁(もやし・わかめ)、たらこのオイル焼き、ほうれん草とコーンの炒め物	栗ごはん、みそ汁(かぶ・あげ)、鶏つくねのあんかけ、れんこんの甘辛炒め、柿	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、わかめ汁(大根)、揚げだし豆腐(みぞれ煮)、ほうれん草とじゃこの磯和え、みかん	野菜あんかけ丼、わかめスープ、ブロッコリーのごまあえ、バナナ
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、じゃこトースト(米粉パン)	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、豆乳きな粉パバロア	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、焼き芋	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、バナナケーキ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつま芋そぼろご飯	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ごま塩おにぎり
午前	10	11 牛乳100(乳児)、のりわかめせんべい	12 牛乳100(乳児)、バナナ	13 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	14 牛乳100(乳児)、コーンフレーク	15 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	体育の日	ドライカレー、田舎スープ、ブロッコリーのマヨネーズ風味あえ、りんご	御飯、みそ汁(わかめ・たまねぎ)、さわらの信田煮、切り干し大根とベーコンの煮付け	御飯、中華スープ(チンゲン菜)、マーボー豆腐(野菜)、キャベツの中華風サラダ	御飯、鮭の豆乳シチュー、こまつなのサラダ、オレンジ	エビピラフ、野菜スープ(キャベツ)、じゃがいもとウインナーのカレー炒め、オレンジ
午後		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、玄米フレークバー	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつま芋の甘煮	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、葛もち	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、五目炊き込みご飯	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、みそ焼きおにぎり
午前	17 牛乳100(乳児)、マナビスケット	18 牛乳100(乳児)、ペーチーズ	19 牛乳100(乳児)、のりわかめせんべい	20 牛乳100(乳児)、バナナ	21 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	22 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	御飯、五目みそ汁(大根・じゃが芋)、豚肉のしょうが焼き、いんげんのごまよごし、バナナ	御飯、みそ汁(キャベツ)、たらのおろし煮、ひじきとさつま芋の炒り煮	御飯、すまし汁(わかめ・えのき)、生揚げの味噌炒め、キャベツのおかか和え、りんご	御飯、五目みそ汁(さつま芋)、さわらの煮つけ、きんぴらごぼう(ひき肉入り)	御飯、中華スープ(豆腐)、真珠蒸し、中華風あえ物(チンゲン菜)	キーマカレーライス、せん野菜サラダ、オレンジ
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、チヂミ風お焼き	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、黒糖蒸しパン(米粉)	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、マカロニきな粉(米粉)	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、カレーピラフ	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、大学芋	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、わかめおにぎり
午前	24 牛乳100(乳児)、コーンフレーク	25 牛乳100(乳児)、マナビスケット	26 牛乳100(乳児)、ペーチーズ	27 牛乳100(乳児)、のりわかめせんべい	28 牛乳100(乳児)、バナナ	29 牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、大豆と揚げじゃが芋の煮物、ブロッコリーのおかか和え	御飯、豆腐すまし汁(小松菜)、鮭の西京焼き、ピーマンと野菜のソテー	御飯、豆腐くず汁(ほうれん草)、肉じゃが、キャベツの胡麻マヨ風味和え	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、みかん	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	御飯、中華スープ(春雨)、豚肉とキャベツの味噌炒め、バナナ
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、フルーツゼリー	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつま芋のレモン煮	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ひじきとツナ御飯	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、豆腐団子	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、小魚アーモンド、せんべい	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、おかかおにぎり
午前	31 牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース					
昼食	ハロウィン・おばけライス、かぼちゃのポタージュ、タンドリーチキン、コールスローサラダ					
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、かぼちゃのカップケーキ(米粉)					

★10月の献立〈平均栄養量〉エネルギー・・・581(551)kcal、たんぱく質・・・21.4(20.8)g、脂質・・・14.8(16.2)g、食塩・・・2.0(1.7)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

★10/31(月)・・・ハロウィンメニュー♪

