

10月の献立カレンダー

	月	火	水	木	金	土
昼食					1 ロールパン チキンクリームシチュー りんごとキャベツのフレンチサラダ	2 シーフードスパゲティ ヨーグルト
10時					コーンフレーク	ウエハース
3時					かぼちゃ羹	バームクーヘン
昼食	4 麦ごはん ビーマンと豚肉のソース炒め さつまいものみそ汁	5 麦ごはん 魚の磯辺揚げ レタス 小松菜と豆腐の清汁	6 黒糖パン チリコンカーン 野菜スープ	7 麦ごはん 鶏肉とさといものうま煮 だいごんのみそ汁	8 麦ごはん 魚のとうふクリーム焼き サラダ菜 白菜と春雨のスープ	9 きつねうどん ヨーグルト
10時	パイ	バナナ	オレンジ	もも	チーズ・クラッカー	せんべい
3時	フルーツゼリー・ビスケット	梨・クッキー	大学いも	小倉蒸しパン	りんごのトースト	カステラ
昼食	11 麦ごはん 煮魚 ゆでいんげん のつぺい汁	12 麦ごはん ポークチャップ レタス キャベツとコーンの豆乳スープ	13 麦ごはん 肉じゃが かき玉汁	14 麦ごはん 厚揚げとツナのカレー炒め煮 鶏肉とコロコロ野菜の清汁	15 ロールパン チキンクリームシチュー りんごとキャベツのフレンチサラダ	16 シーフードスパゲティ ヨーグルト
10時	梨	りんご	キウイ	せんべい	コーンフレーク	ウエハース
3時	パイ	チーズボール	黒ごまとチーズ入りクッキー	バナナケーキ	クレープ	バームクーヘン
昼食	18 麦ごはん ビーマンと豚肉のソース炒め さつまいものみそ汁	19 麦ごはん 魚の磯辺揚げ レタス 小松菜と豆腐の清汁	20 黒糖パン チリコンカーン 野菜スープ	21 麦ごはん 鶏肉とさといものうま煮 だいごんのみそ汁	22 麦ごはん 魚のとうふクリーム焼き サラダ菜 白菜と春雨のスープ	23 カレーライス ヨーグルト
10時	パイ	バナナ	オレンジ	もも	チーズ・クラッカー	せんべい
3時	フルーツゼリー・ビスケット	梨・クッキー	大学いも	小倉蒸しパン	りんごのトースト	カステラ
昼食	25 麦ごはん 煮魚 ゆでいんげん のつぺい汁	26 麦ごはん ポークチャップ レタス キャベツとコーンの豆乳スープ	27 麦ごはん 肉じゃが かき玉汁	28 麦ごはん 厚揚げとツナのカレー炒め煮 鶏肉とコロコロ野菜の清汁	29 ロールパン チキンクリームシチュー りんごとキャベツのフレンチサラダ	30 シーフードスパゲティ ヨーグルト
10時	梨	りんご	キウイ	せんべい	コーンフレーク	ウエハース
3時	パイ	チーズボール	黒ごまとチーズ入りクッキー	バナナケーキ	かぼちゃ羹	バームクーヘン

- 10時のおやつには牛乳、3時のおやつにはスキムミルクまたは豆乳がついています。
- 10時のおやつは、未満児のみになります。
- 材料の都合により、一部変更になる場合があります。
- 未満児のお汁は、_____で表示しています。
- 新メニューは★マークで表示しています。

