

10月 献立予定表

《給食目標》

- ・食事に興味を持って食べましょう
- ・嫌いなものも、少しは挑戦してみましょう

日	曜	献立名
1	水	チキンフレーク焼き 青じそサラダ 野菜スープ バナナ
2	木	ホッケの塩焼き ひじきの炒め煮 玉ねぎのみそ汁 手作りゼリー
3	金	じゃが芋と鶏肉の味噌ソース和え 卵スープ プルプルフルーツ
4	土	根菜うどん汁 バナナ
6	月	鶏肉の塩麴焼き 和風サラダ わかめスープ 梨
7	火	パンプキングラタン 春雨スープ フルーチェ
8	水	厚焼き玉子 肉じゃが えのきのみそ汁 りんご
9	木	シュウマイ ナムル 麻婆豆腐 オレンジ
10	金	甘辛チキン マカロニサラダ むらくも汁 バナナ
11	土	運動会
13	月	スポーツの日
14	火	三色丼 ちくわとツナのサラダ ワンタンスープ オレンジ
15	水	ドライカレー 茹で野菜サラダ ナン バナナ
16	木	ひじき入りハンバーグ かぼちゃサラダ わかめのみそ汁 ヨーグルト
17	金	鮭の揚げ煮 カリフラワーのおかか和え 芋の子汁 手作りゼリー
18	土	わかめ入りうどん バナナ
20	月	鶏肉のごまみそ焼き もやしサラダ きのこのみそ汁 オレンジ
21	火	秋のお弁当デー(2歳児以上) そぼろ煮 わかめスープ バナナ(ひよこ・ぱんだ)
22	水	スタミナ丼 花野菜サラダ のっぺい汁 バナナ
23	木	きのこ入りカレー 五色和え オレンジ
24	金	鶏マヨ 大根とツナのサラダ 麩のスープ 手作りゼリー
25	土	具だくさんうどん バナナ
27	月	ウインナーの甘辛煮 豚肉と春雨の炒め物 すまし汁 プリン
28	火	赤魚の甘みそ焼き 野菜のごま和え さつま汁 りんご
29	水	誕生会(とり天・カラフルサラダ・具だくさんうどん・フルーツ)
30	木	鮭のもみじ焼き 野菜の磯香和え 大根のみそ汁 梨
31	金	肉団子 ツナサラダ パンプキンシチュー ハロウィンデザート