# 今月のメニュー

2023年10月の献立

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 | 2 海藻せんべい | 3 ラムネ（運動会総練習） | 4 ミニぽん小魚 | 5 白い風船 | 6 おやさいせんべい（アンパンマン） | 7 |
| 昼食 | ツナライス<br>白菜スープ<br>切り干し大根の甘酢 | ホワイトブレッドパン<br>スパゲティミートソース<br>グリーンサラダ<br>バナナ | 米飯<br>豆腐と野菜のごまみそかけ<br>すまし汁 | モーニングロールパン<br>豆乳シチュー<br>ベーコンとブロッコリーのソテー<br>バナナ | 米飯<br>さばのみそ煮<br>かみなり汁<br>きゅうりのしそ和え | 運動会 |
| 午後 | ✿フライドおさつ | ✿クラッカーサンド | ✿揚げパン（きなこ） | りんごゼリー | きなこ餅<br>ミニのりすけ | |
| 午前 | 9 | 10 たべっこどうぶつ | 11 バナナ | 12 ヨーグルト | 13 カルシウムテツウエハース | 14 |
| 昼食 | スポーツの日 | 五目ごはん<br>すまし汁<br>小魚サラダ | 米飯、<br>鶏肉のからあげ<br>小松菜の味噌汁<br>大根とひじきの甘酢 | クロワッサン<br>ポトフ<br>ウインナーのソース煮<br>ゆでブロッコリー<br>バナナ | 鮭ごはん<br>味噌汁<br>大根と厚揚げの煮物 | おにぎり<br>いちごヨーグルト |
| 午後 | | カスタードどら焼き | ✿豆乳ココアかん | ✿焼き麸のラスク | 米粉のメープルマフィン（以上児）<br>ももゼリー（未満児） | |
| 午前 | 16 野菜せんべい | 17 ヨーグルト | 18 バナナ | 19 マンナビスケット | 20 あまからせん | 21 |
| 昼食 | 米飯<br>鶏肉と大豆の味噌からめ<br>すまし汁<br>しらす入りおひたし | バターロールパン<br>ホキのカレー揚げ<br>ジュリエンヌスープ<br>ゆでブロッコリー | ひじきごはん<br>かきたま汁<br>きゅうりのしそ和え | ハヤシライス<br>フレンチサラダ<br>バナナ | 米飯<br>韓国風肉じゃが<br>大根スープ<br>もやしの甘酢 | おにぎり<br>ぶどうゼリー |
| 午後 | ミニぽん小魚<br>こめ棒くん | ✿オレンジかん | ✿お好み焼き | ✿鬼まんじゅう | カルテツおさかなサブレ<br>二色せんべい | |
| 午前 | 23 海藻せんべい | 24 白い風船 | 25 バナナ | 26 たべっこどうぶつ | 27 ソフトせんべい（アンパンマン） | 28 |
| 昼食 | 米飯<br>焼き豆腐のカレー煮<br>れんこんのきんぴら<br>バナナ | 米飯<br>鶏肉のごま揚げ<br>味噌汁<br>ゆでブロッコリー（トマト） | 中華飯<br>わかめスープ<br>シューマイ | バターロールパン<br>ツナコロッケ<br>キャベツスープ<br>ブロッコリーのごま和え | 米飯<br>さわらのおろし煮<br>味噌汁<br>ほうれん草ののり酢和え | おにぎり<br>みかんゼリー |
| 午後 | ビスコ<br>ベジかりん | 牛乳クリームパン | ✿フライドポテト | ✿フルーツヨーグルト | バナナ<br>プチスティック | |
| 午前 | 30 野菜せんべい | 31 マンナビスケット | | | | |
| 昼食 | 豚丼<br>味噌汁<br>きゅうりのごま酢 | 根菜のカレー<br>キャベツのおかか和え<br>バナナ | | | | |
| 午後 | ✿ココア蒸しパン | 鉄入りたっぷりしらすくん<br>りんごジャムサンド | | | | |

●食中毒予防のため、サラダや和え物等のハム、竹輪等の練り製品は、すべて加熱して提供しています。
●物資入荷、行事等により献立が一部変更することがあります。
●牛乳は毎日（月～土曜日）２００ｍｌ提供しています。
✿・・・手作りおやつの日