

10月の献立

日	曜日	10時	昼食	3時
1	土	せんべい	運動会	
3	月	クッキー 牛乳	とん平オムレツ ひじきとさつま芋サラダ パイン缶ヨーグルトかけ	ぼたぼた焼き オレンジジュース
4	火	せんべい	野菜たっぷりチャプチェ 小魚サラダ オレンジ	大学いも 牛乳
5	水	えびせん	筑前煮 カニカマコーンサラダ 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	ポテトパン ミロ
6	木	リッツ 牛乳	魚のカレークリーム ブロッコリーのおかか和え りんご	焼きそば スポロン
7	金	バナナ	鶏肉のアングレース 豆腐サラダ グレープフルーツ	ビスキュイトースト 牛乳
8	土	せんべい	ハンバーグ ポテトサラダ わかめのみそ汁ゼリー	どうぶつビスケット 牛乳
11	火	源氏パイ	肉豆腐 切り干し大根の甘酢サラダ ほうれんそうと卵のスープ なし	ザクザククッキー 牛乳
12	水	せんべい	ホイコーロー ジャガバター 春雨スープ バナナ	ビスコ ジョア
13	木	バナナ	さつまいもコロッケ いろいろ野菜の三味和え りんご	ミルクゼリーの黒みつきなこ かけ ハッピーターン
14	金	ヨーグルト	鮭のちゃんちゃん焼 南瓜サラダ 柿	ひじきトースト ヤクルト
15	土	せんべい	ボンカレー 茹でブロッコリー マカロニサラダ ヨーグルト	つぶつぶベジタブル 幼児優良牛乳
17	月	どうぶつビスケット 牛乳	ローズ生姜焼き 白菜とりんごのサラダ パイン缶	カレーうどん
18	火	せんべい	チキンのクリーム煮 五色ナムル オレンジ	ポリポリマカロニ 幼児りんごジュース
19	水	ヨーグルト	肉団子 スパゲッティサラダ 具たくさんみそ汁 バナナ	かっぱえびせん スポロン
20	木	ビスケット 牛乳	めかじきのパン粉焼き 青菜としめじの磯あえ グレープフルーツ	チーズおかか焼きおにぎり ほうじ茶
21	金	バナナ	(未満児)親子煮 ブロッコリーとツナのサラダ なめこと豆腐のみそ汁 オレンジ	カステラ 牛乳
22	土	ビスケット	チキンナゲット ポテトサラダ 卵スープゼリー	ポテコ 幼児優良牛乳
24	月	ビスケット ヤクルト	白菜と春雨のマーボー風 海と山のサラダ りんご	パインケーキ 牛乳
25	火	せんべい 牛乳	クリスピーチキン 彩り野菜のごまあえ なし	和風スパゲティー ヤクルト
26	水	ジャムパン	ふりかけご飯 おばけハンバーグ コールスローサラダ 南瓜ポタージュ オレンジ 完全給食の日	きな粉クッキー 牛乳
27	木	ウエハース	ブルコギ風 かぶとハムのナムル グレープフルーツ	黒糖蒸しパン 牛乳
28	金	たまごボーロ 牛乳	さばのみそ煮 アップルポテトサラダ ほうれん草と豆腐のすまし汁 バナナ	カップdeヤクルト かぶき揚げせんべい
29	土	ビスケット	肉団子 ブロッコリー コーンスープ ヨーグルト	かっぱえびせん 牛乳
31	月	せんべい	すいとん オータムフェス	やきいも 野菜ジュース

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
未満児目標量	519kcal	20.0g	15.0g	1.4g
未満児月平均	498kcal	16.6g	13.5g	1.4g
以上児目標量	566kcal	21.0g	16.0g	1.8g
以上児月平均	641kcal	21.7g	17.1g	1.8g

- 未満児は昼食にご飯が出ます。
- 以上児は**完全給食の日**の日はご飯はいりません。
- 都合により献立を変更する場合があります。