

# 棕の実保育園 10月 予定献立表

令和5年度

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
昼	<b>ビビンバ丼</b> 野菜サラダ かきたま汁 フルーツ	<b>チキンビーンズ</b> さっぱりレモンサラダ 白菜の味噌汁 フルーツ 麦ごはん	<b>赤魚の煮付</b> もりもりサラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ 麦ごはん	<b>豚肉の生姜焼き</b> ひじきサラダ ビーフ汁 フルーツ 麦ごはん	<b>高野豆腐のふわふわ煮</b> ほうれん草サラダ じゃが芋の味噌汁 フルーツ 麦ごはん	<b>肉ごぼううどん</b> キャベツのゴマドレ和え フルーツ おにぎり
おやつ	麦茶 みるくもち	牛乳 じゃこトースト	麦茶 わかめうどん	アイスココア マーマレードスコーン	麦茶 みかんゼリー	牛乳 お菓子
	9	10	11	12	13	14
昼	<b>スポーツの日</b> 	<b>ポークカレー</b> マカロニサラダ フルーツ	<b>魚の明太マヨ焼き</b> かりかりベーコンサラダ きのこの味噌汁 フルーツ 麦ごはん	<b>五目納豆</b> ジャーマンポテト きゃべつとウィンナーのスープ フルーツ 麦ごはん	<b>豚肉の味噌炒め</b> カラフルサラダ ふわふわ玉子スープ フルーツ 麦ごはん	<b>運動会</b> 
おやつ		麦茶 ごま鮭おにぎり	麦茶 お好み焼き	牛乳 麩ラスク	麦茶 フルーツムース	
	16	17	18	19	20	21
昼	<b>フタ玉丼</b> かみかみサラダ ニラスープ フルーツ	<b>すきやき風煮</b> フレンチサラダ わかめの味噌汁 フルーツ 麦ごはん	<b>魚の西京焼き</b> 人参とツナのおかか醤油あえ きのこスープ フルーツ 麦ごはん	<b>納豆の落とし揚げ</b> かにかまサラダ さつまいもの味噌汁 麦ごはん	<b>肉じゃが</b> シルバーサラダ すまし汁 フルーツ 麦ごはん	<b>ちゃんぽん</b> ギョウザ フルーツ おにぎり
おやつ	麦茶 焼きそば	牛乳 ばななケーキ	牛乳 クッキー	麦茶 プリン	牛乳 シュガートースト	牛乳 お菓子
	23	24	25	26	27	28
昼	<b>ハヤシライス</b> スパゲッティサラダ フルーツ	<b>柳川風煮</b> ささみときゅうりのごまサラダ はんぺん汁 麦ごはん フルーツ	<b>白身魚のマリネ</b> 春雨サラダ コンソメスープ 麦ごはん	<b>厚揚げのそぼろ煮</b> きゅうりとワカメの酢のもの 南瓜の味噌汁 フルーツ 麦ごはん	<b>鶏肉のカレー風ピカタ</b> 金平ごぼう わかめスープ フルーツ 麦ごはん	<b>塩ラーメン</b> 大根サラダ フルーツ おにぎり
おやつ	麦茶 フライドポテト	麦茶 ぶどうムース	麦茶 枝豆	牛乳 大学芋	牛乳 フルーツボンチ	牛乳 パン
	30	31				
昼	<b>中華丼</b> ほうれん草のごま和え もずくスープ フルーツ 麦ごはん	<b>麻婆豆腐</b> 野菜のおかか和え 中華スープ フルーツ 麦ごはん				
おやつ	牛乳 あべかわマカロニ	牛乳 パンプキンケーキ				