

令和4年度 10月献立予定表

川東保育園

日	曜	献立	9時おやつ	3時おやつ
1	土	カレーうどん・胡瓜の塩昆布和え	牛乳 お菓子	若菜おにぎり
3	月	白ご飯 麻婆春雨・ほうれん草のナムル ニラ玉スープ・バナナ	// りんご	★ブルーベリーヨーグルトゼリー ぼたぼた焼き
4	火	白ご飯 鮭の味噌マヨ焼き・じゃこの酢の物 けんちん汁・オレンジ	// マンナビスケット	★きな粉揚げパン ミルク
5	水	ねぎ入り納豆ご飯・厚焼き卵・切干大根の煮物 すり身の味噌汁・キウイ	// 湯豆腐	★りんごケーキ ミルク
6	木	白ご飯 ししゃも胡麻パン粉焼き・シーザーサラダ そうめん汁・バナナ	// みかん缶	フルーチェ ★さつまいもチップ
7	金	 カレー炒飯・ミートボール・ほうれん草ソテー かぼちゃのポタージュ・梨	// ハイハイ	モンブラン ミルク
8	土	和風スパゲティー・チンゲン菜のスープ	// お菓子	★鮭おにぎり
11	火	白ご飯 秋野菜のシチュー・ささみの五目和え 柿	牛乳 バナナ	★りんごヨーグルトドリンク ★シュガーラスク
12	水	青のり納豆ご飯・白身魚の煮付け・花かつお和え なめこの味噌汁・キウイ	// アンパンマンせんべい	★たまご蒸しパン ミルク
13	木	白ご飯 肉じゃが・春雨サラダ わかめのすまし汁・バナナ	// ヨーグルト	★チーズサブレ ミルク
14	金	白ご飯 鯖のかば焼き・ごぼうツナサラダ 薄揚げの味噌汁・りんご	// バタートースト	★きな粉スナック麩 ミルク
15	土	青菜のピーマン炒め・ベジタブルスープ 	// お菓子	★わかめおにぎり
17	月	ふりかけご飯・あんかけ焼きそば・しゅうまい オニオンスープ・バナナ	牛乳 衛生ボーロ	★フルーツヨーグルト
18	火	白ご飯 鮭のねぎみそ焼き・納豆サラダ しいたけのお吸い物・オレンジ	// コーンフレーク	★とうふわらびもち ミルク
19	水	白ご飯 スコップメンチカツ・ほうれん草和え 五目味噌汁・キウイ	// 魚肉ソーセージ	★手作りパン ジョア
20	木	大豆のキーマカレーライス・コロコロサラダ りんご	// バナナ	★キャロットゼリー ミルク
21	金	白ご飯 さつま揚げ・胡瓜とわかめの酢の物  キャベツの味噌汁・柿	// カルシウムせんべい	★栗おこわ チーズ
22	土	野菜ちゃんぽん・里芋そぼろ煮	// お菓子	★ごまじゃこおにぎり
24	月	白ご飯 肉豆腐・いりこのケチャップ和え もずく卵スープ・桃缶	牛乳 りんご	★ヨーグルトムース マリービスケット
25	火	海苔ご飯・白身魚のみぞれ煮・ひじきサラダ 豚汁・バナナ	// ジャムパン	★お好み焼き ミルク
26	水	白ご飯 チーズ納豆オムレツ・きんぴら蓮根 ベーコンともやしのスープ・りんご	// マンナウエハース	★牛乳くずもち ミルク
27	木	白ご飯 鯖の胡麻照り焼き・柿入り白和え 沢煮椀・キウイ	// バナナ	★さつまいもクッキー ミルク
28	金	白ご飯 鶏ごぼうつくね・ツナポテトサラダ 麩の味噌汁・オレンジ	// ヨーグルト	★クリームスパゲティー
29	土	ソース焼きそば・小松菜のスープ 	// お菓子	★ふりかけおにぎり
31	月	きのこハヤシライス・だいこんサラダ 柿	牛乳 ビスコ	★飲むヨーグルト ★おばけケーキ

★は手作りおやつです。主食は0.1.2歳児は白ご飯、3.4.5歳児は麦ご飯です。
青字は新メニューです。赤字は誕生会です。緑字はきりん組クッキングです。