

令和5年度 10月献立予定表

川東保育園

日	曜	主食	副食	フルーツ	9時おやつ	3時おやつ
2	月	ふりかけご飯	魚のきのこあんかけ ・五目煮 もやしの味噌汁	みかん缶	牛乳 衛生ポーロ	★ヨーグルトムース ぼたぼた焼き
3	火	ひじきご飯	うま煮・きんぴらごぼう たまごスープ	バナナ	// ウエハース	★小豆パイ ミルク
4	水	白ご飯	コロッケ・コールスロー 中華スープ	梨	// フルーチェ	★チーズトースト ミルク
5	木	白ご飯	鯖の照り焼き・白和え けんちん汁	オレンジ	// ビスコ	★フルーツゼリー
6	金	たくあん納豆 ご飯	つくね・ブロッコリー昆布和え 薄揚げの味噌汁	りんご	// バナナ	★和風スパゲティー
7	土	やきビーフン・チンゲン菜のスープ		//	お菓子	★わかめおにぎり
10	火	白ご飯	ポークハヤシライス マカロニサラダ	キウイ	牛乳 コーンフレーク	★りんごヨーグルトドリンク ★手作りパン
11	水	ねぎ納豆ご飯	卵焼き・春雨サラダ すり身の味噌汁	バナナ	// 湯豆腐	★さつまいもケーキ ミルク
12	木	白ご飯	鮭のムニエル・カリコリサラダ そうめん汁	オレンジ	// ヨーグルト	★ごまちゃんすこう ミルク
13	金	チキンライス・きのこハンバーグ キャベツの和え物・コーンスープ		りんご	// ハイハイ	モンブラン 牛乳
14	土	豚汁うどん・わかめの酢の物		//	お菓子	★若菜おにぎり
16	月	白ご飯	肉じゃが・もやしの和え物 五目味噌汁	ゴールド キウイ	牛乳 マンナ	★フルーツヨーグルト
17	火	白ご飯	魚のねぎみそ焼き・納豆サラダ のっぺい汁	黄桃缶	// バナナ	★シリアルおこし ミルク
18	水	海苔ご飯	オムレツ・胡瓜の酢の物 春雨スープ	オレンジ	// バタートースト	★みたらし団子 ミルク
19	木	炒飯	しょうゆラーメン・南瓜そぼろ	バナナ	// ゼリー	★ポテトフライ ミルク
20	金	白ご飯	ししゃもフリッター・法蓮草和え なめこの味噌汁	柿	// りんご	★栗おこわ チーズ
21	土	クリームスパ・コンソメスープ		//	お菓子	★ふりかけおにぎり
23	月	白ご飯	大豆のキーマカレー さつまいもサラダ	バナナ	牛乳 魚肉ソーセージ	★飲むヨーグルト ★クッキー
24	火	白ご飯	鯖の生姜焼き・糸昆布の酢の物 小松菜のスープ	りんご	// せんべい	★スナック麩 ミルク
25	水	白ご飯	照り焼きミートローフ・ひじき煮 白菜の味噌汁	キウイ	// バナナ	★ココアわらび餅 ミルク
26	木	ゴマ納豆ご飯	魚フライ・ブロッコリーおかか和え きのこ汁	柿	// ヨーグルト	★やさいチップ ミルク
27	金	白ご飯	高野豆腐煮・いりこケチャップ和え 麩の味噌汁	バナナ	// カルシウムせん	★カスタードトースト ミルク
28	土	塩焼きそば・わんたんスープ		//	お菓子	★鮭おにぎり
30	月	白ご飯	麻婆味噌豆腐・もやしのナムル チャプスイ	みかん缶	牛乳 りんご	★ヨーグルトゼリー 柿
31	火	ふりかけご飯	干草焼き・きんぴら蓮根 わかめの味噌汁	バナナ	// コーンフレーク	★ハロウィンケーキ ミルク

★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。