

令和6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	
1	火	白ご飯	高野豆腐のはさみ煮 いりこのケチャップ和え・けんちん汁	梨	牛乳 衛生ボーロ	★さつまいもケーキ ミルク	
2	水	白ご飯	おからバーグ・キャベツとツナの和え物 麩の味噌汁	りんご バナナ	〃 バナナ	★チーズまんじゅう ミルク	
3	木	ふりかけご飯	魚のおろし煮・白菜の昆布和え 沢煮椀	キウイ	〃 ジャムパン	★根菜チップ ミルク	
4	金	青のり納豆 ご飯	出し巻き玉子・れんコーンサラダ なめこ汁	バナナ	〃 ゼリー	★黒糖ちんすこう ミルク	
5	土	クリームスパゲティー・ポトフスープ 			〃 お菓子	★わかめおにぎり	
7	月	白ご飯	チキンカレー ほうれん草のごま和え	りんご	牛乳 魚肉ソーセージ	★オレンジヨーグルトドリンク ★パイナップル蒸しパン	
8	火	白ご飯	鮭の味噌マヨ焼き・キャベツのナムル かきたまスープ	バナナ	〃 ビスコ	★ココアトースト ミルク	
9	水	白ご飯	鶏肉のきのこあんかけ・ひじきの和え物 かぶとウィンナーのスープ	柿	〃 せんべい	★きなこマカロニ ミルク	
10	木	白ご飯	ししゃもフライ・納豆サラダ 薄揚げの味噌汁	キウイ	〃 りんご	★みたらし団子 ミルク	
11	金	海苔ご飯	千草焼き・スパサラ はんぺんのすまし汁	バナナ	〃 ヨーグルト	★栗おこわ チーズ	
12	土	 ちゃんぽん・ツナサラダ 			〃 お菓子	★若菜おにぎり	
15	火	おなか納豆 ご飯	鯖の塩焼き・柿入り白和え 鶏団子スープ	りんご	牛乳 カルシウムせん	★ヨーグルト バナナ	
16	水	白ご飯	親子煮・大豆とごぼうのサラダ きのこの味噌汁	キウイ	〃 バナナ	★シリアルおこし ジョア	
17	木	白ご飯	魚のもろみ焼き・花かつお和え 和風春雨スープ	柿	〃 チーズ	★ビーフン炒め ミルク	
18	金	白ご飯	麻婆豆腐・もやし中華サラダ 五目味噌汁	バナナ	〃 りんご	★あんバターサンド ミルク	
19	土	チャプチェ・コンソメスープ			〃 お菓子	★鮭おにぎり	
21	月	白ご飯	クリームシチュー ささみの五目和え	りんご	牛乳 ウエハース	★ヨーグルトムース ハーベスト	
22	火	ハンバーガー・ポテト・ウィンナー コーンポタージュ			黄桃缶 ハイハイ	〃 ハイハイ	モンブラン  牛乳
23	水	ねぎ納豆 ご飯	筑前煮・スティック野菜 わかめの味噌汁	キウイ	〃 マンナ	★たまご蒸しパン ミルク	
24	木	白ご飯	鯖の味噌煮・きんぴらごぼう そうめん汁	柿	〃 ゼリー	★豆乳くずもち ミルク	
25	金	混ぜご飯	しょうゆラーメン おいみしゅうまい	バナナ	〃 湯豆腐	★スナック麩 ミルク	
26	土	カレーうどん・南瓜のそぼろ煮 			〃 お菓子	★ふりかけおにぎり	
28	月	白ご飯	タンダーリーフィッシュ・ひじき煮 白菜の味噌汁	りんご	牛乳 バナナ	★飲むヨーグルト ★マシュマロサンド	
29	火	たくあん納豆 ご飯	オムレツ・マヨナムル チャプスイ	バナナ	〃 バタートースト	★クッキー ミルク	
30	水	白ご飯	きのこハヤシライス もずくの酢の物	柿	〃 魚肉ソーセージ	★おこのみやき ミルク	
31	木	白ご飯	鮭のムニエル・ドレッシングサラダ 厚揚げの味噌汁	オレンジ	〃 フルーチェ	★カップケーキ ミルク	

★は手作りおやつです。

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。