

# 10月 献立表

日 曜	もも、すみれ組		全 員		
	おやつ	主食	副 食	おやつ	
1 火	ウエハース 牛乳		茄子と豚肉のオイスターソース炒め もずくスープ みかん	コーンフレーク   さつま芋の豆乳スキムミルク	
2 水	せんべい お茶		牛肉とごぼうの煮物	★ベーコンチーズパン 牛乳	
3 木	クラッカー 牛乳		煮魚 大豆サラダ すまし汁	ベジたべる 牛乳	
4 金	ビスコ 牛乳		和風チキンサラダ こんにゃくのかか煮 豆腐のみそ汁	★フルーツポンチ お茶	
5 土					
7 月	いりこ お茶		すき焼き風煮 レタスの昆布和え すまし汁	★麩のラスク 牛乳	
8 火	カステラ 牛乳		すり身落とし揚げ 納豆和え じゃが芋のみそ汁	★スイートポテトケーキ 牛乳	
9 水	ビスケット 牛乳		かぼちゃのゴロゴロシチュー わかめサラダ りんごヨーグルト	丸ぼうろ 牛乳	
10 木	チーズ お茶		ツナのバタボン Pasta ほうれん草のソテー コンソメスープ	★鶏ごぼうおにぎり お茶	
11 金	衛生ボーロ 牛乳		ポークビーンズ ミルクプリン 切り干し大根の煮物	せんべい お茶	
12 土	クッキー 牛乳		あんかけきのこうどん 大根のカリカリ漬け	ビスコ 牛乳	
15 火	カルシウム せんべい お茶		<b>誕生会お楽しみ会食</b> 	★ビスケットケーキ 牛乳	
16 水	ウエハース 牛乳		白身魚のムニエル ジャーマンポテト 汁ビーフン	えびせん お茶	
17 木	バナナ お茶		鶏つくね焼き マカロニサラダ けんちん汁	ドーナツ 牛乳	
18 金	クラッカー 牛乳		高野豆腐の唐揚げ ごぼうサラダ すまし汁	★スキムミルクもち お茶	
19 土	ビスコ 牛乳		具たくさん味噌ちゃんぽん いりこのりんかけ ぶどうゼリー	さやえんどう 牛乳	
21 月	カステラ 牛乳		秋野菜のがんもどき 五目豆 すまし汁	★クラッカーピザ 牛乳	
22 火	ヨーグルト お茶		切り干し大根のしゅうまい 春雨の酢の物 かに玉汁	★おからナゲット 牛乳	
23 水	ビスケット 牛乳		鶏肉と里芋のこっくりごま味噌煮 すまし汁 パイン	おさつスナック 牛乳	
24 木	いりこ お茶		チキンと水菜の Pasta コールスローサラダ オニオンスープ	★焼きおにぎり (塩昆布とチーズ) お茶	
25 金	せんべい お茶		ちくわの磯部揚げ もやしのナムル もずくのみそ汁	サブレ スキムミルク	
26 土	 <b>愛情弁当の日</b>  <b>親子遠足</b>			<b>お楽しみおやつ</b>	
28 月	衛生ボーロ 牛乳		厚揚げのそぼろあんかけ 小松菜の胡麻和え そうめんのすまし汁	とんがりコーン 牛乳	
29 火	クッキー 牛乳		魚のもみじ揚げ 野菜の白和え 金平みそ汁	★手作りパン 牛乳	
30 水	ウエハース 牛乳		鶏肉の磯部焼 ポパイサラダ みそ汁	ビスケット 牛乳	
31 木	ビスコ 牛乳		おばけカレーライス スパゲティサラダ フルーツヨーグルト	★パンブキンケーキ スキムミルク	

