



10月の献立



令和6年度

	月	火	水	木	金	土
昼食	誕生会食テーマ 「3匹の子ぶた」 	1 バターロール 鮭のタンドリー風焼き ジャがいもとピーマンのソテー 豆腐スープ 果物	2 ごはん ハッシュドポーク 人参サラダ 果物	3 ごはん とほろ卵焼き 酢の物 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 果物	4 ごはん 鶏肉のハニースレモン焼き 三色サラダ 味噌汁(絹豆腐・なめこ) 果物	5 ごはん 麻婆豆腐 大根サラダ 清汁(人参・ほうれん草) 果物
おやつ		麦茶 豆入りおかかごはん	牛乳 黒みつトースト	牛乳 パナマフィン	牛乳 ふかし芋	牛乳 さっぱり塩味 麦ふぁ
19時		お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
20時	ツナの焼きうどん 味噌汁	ポロネーゼ コンソメスープ	ピラフ コンソメスープ	豚肉のあんかけ丼 清汁	炒飯 味噌汁	
昼食	7 ごはん 五目豆 ほうれん草ときゅうりのおひたし 清汁(長ねぎ・麩) 果物	8 煮込みうどん 松風焼き ごぼうサラダ 果物	9 ごはん 鯖のしくれ煮 青菜とチーズの胡麻和え 味噌汁(里芋・長ねぎ) 果物	10 カレーライス パンサンデー 果物	11 ごはん 揚げ豆腐 サワークラフト 味噌汁(油揚げ・わかめ) 果物	12 ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきのサラダ 味噌汁(切干大根・玉ねぎ) 果物
おやつ	ヨーグルト ぼりんこ ルヴァン	牛乳 鮭おにぎり	牛乳 焼きそば	牛乳 りんごゼリー	牛乳 黒糖ロール	牛乳 ハッピーターン 五穀ビスケット
19時	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	
20時	中華丼 味噌汁	ナポリタン コンソメスープ	バター醤油丼 清汁	チキンライス 春雨スープ	カレーうどん	ツナスパゲティ コンソメスープ
昼食	14  スポーツの日	15 バターロール 鮭のタンドリー風焼き ジャがいもとピーマンのソテー 豆腐スープ 果物	16 ごはん ハッシュドポーク 人参サラダ 果物	17 ごはん とほろ卵焼き 酢の物 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 果物	18 ごはん 鶏肉のハニースレモン焼き 三色サラダ 味噌汁(絹豆腐・なめこ) 果物	19 幼児運動会 
おやつ		麦茶 豆入りおかかごはん	牛乳 黒みつトースト	牛乳 パナマフィン	牛乳 ふかし芋	
19時		お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	
20時	ツナ焼きうどん 味噌汁	ポロネーゼ コンソメスープ	ピラフ コンソメスープ	豚肉のあんかけ丼 清汁		
昼食	21 ごはん 五目豆 ほうれん草ときゅうりのおひたし 清汁(長ねぎ・麩) 果物	22 煮込みうどん 松風焼き ごぼうサラダ 果物	23 ごはん 鯖のしくれ煮 青菜とチーズの胡麻和え 味噌汁(里芋・長ねぎ) 果物	24 誕生会食 子ぶたさんの人参ごはん 豚肉の南部揚げ もやしの三杯酢 きのこと汁 果物	25 ごはん 揚げ豆腐 サワークラフト 味噌汁(油揚げ・わかめ) 果物	26 ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきのサラダ 味噌汁(切干大根・玉ねぎ) 果物
おやつ	ヨーグルト ぼりんこ ルヴァン	牛乳 鮭おにぎり	牛乳 焼きそば	ジョアマスカット いちごケーキ ～子ぶたさんのクッキーのせ～	牛乳 黒糖ロール	牛乳 ハッピーターン 五穀ビスケット
19時	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	
20時	中華丼 味噌汁	ナポリタン コンソメスープ	バター醤油丼 清汁	豚ひき肉ともやしの生姜丼 味噌汁	カレーうどん	ツナスパゲティ コンソメスープ
昼食	28 ごはん 麻婆豆腐 大根サラダ 清汁(人参・ほうれん草) 果物	29 ごはん 鶏しりの炒め煮 れんごんのサラダ 清汁(麩・えのきたけ) 果物	30 ごはん 焼き魚(さんま) 切り干し大根の煮物 野菜汁 果物	31 ハロウィンカレーライス パンサンデー 果物	今月の旬の食材  人参 里芋 さつまいも りんご 柿 きのこと しゃけ さば	
おやつ	牛乳 さっぱり塩味 麦ふぁ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 麩のラスク(青のり味)	牛乳 りんごゼリー ハロウィンクッキー		
19時	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子		
20時	炒飯 味噌汁	和風スパゲティ コンソメスープ	豚丼 清汁	チキンライス 春雨スープ	※24日(木)は誕生会食です。 ※献立は都合により変更することがあります。	