

# 献立予定表10月号

大島こどもえん

【 今月の目標：季節の食材を食べてみましょう 】

今月は、すみれ組リクエストメニューが、28日（火）にあります！

そして、お誕生会は24日（金）です。スペシャルメニューもお楽しみに！

日	曜	エネル キー量	主 食 名	献 立 名	未・午前おやつ (お茶日は午後牛乳)	アレルギー成分		
						給 食	未・おやつ (午前、午後)	
1	水	397	ご飯	白身魚の竜田揚げ プチマリンサラダ もやしの味噌汁	牛乳 ジャム		乳	
2	木	406	ご飯	大根と厚揚げのオイスターソース煮 きのコーンスープ ヨーグルト	牛乳 米菓	乳	乳	
3	金	493	ナン	キーマカレー パインサラダ ほうれん草のスープ	牛乳 バナナ		乳	
4	土	—	申 込 保 育					
6	月	468	わかめご飯	うさぎのハンバーグ 醤油フレンチ おぼろ汁 お月見クレープ	牛乳 ビスケット		乳	
7	火	427	ご飯	筑前煮 キャベツの味噌汁 バナナ	牛乳 米菓		乳	
8	水	521	クロワッサン	マカロニグラタン ミネストローネ	牛乳 ふかし薩摩芋	乳	乳	
9	木	413	ご飯	魚のトマトパン粉焼き 磯マヨネーズ和え えのきの味噌汁	牛乳 オレンジ	乳	乳	
10	金	406	ご飯	焼き栗コロッケ もやし中華和え くずきりスープ	お茶 ヨーグルト		乳	
11	土	—	申 込 保 育					
13	月	—	ス ポ ツ の 日 休 園					
14	火	443	ご飯	ミートエッグ 納豆和え 切り干し大根の味噌汁	お茶 チーズ		乳	
15	水	363	ご飯	魚の梅煮 塩昆布和え 薩摩芋の味噌汁	牛乳 ビスケット		乳	
16	木	504	ツナの 炊き込みご飯	レバーと根菜の甘辛和え きのこと汁 フルーツゼリー	牛乳 バナナ		乳	
17	金	383	焼きうどん	ポテトサラダ 玉子スープ 梨	牛乳 米菓		乳	
18	土	—	申 込 保 育					
20	月	436	ご飯	タンドリーチキン ゴボウサラダ コーンスープ	牛乳 オレンジ		乳	
21	火	391	ご飯	鮭のもみじ焼き 胡麻酢和え 大根の味噌汁	牛乳 シュガー		乳	
22	水	462	ミートドリア	りんごサラダ 豆乳スープ オレンジ	牛乳 ビスケット	乳	乳	
23	木	470	ご飯	はんぺんのハムチーズフライ 海藻サラダ 根菜の味噌汁	お茶 ヨーグルト	乳	乳	
24	金	536	焼き〇ば	チキナゲット 鶏胸サ◇ダ 健〇豆 シムュー ブルーベリ◇タルト	牛乳 米菓	乳	乳	
25	土	—	申 込 保 育					
27	月	395	ご飯	鶏蓮根ナゲット 中華サラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 ビスケット		乳	
28	火	552	ピザトート	唐〇げ わかめサ◇ダ ABCス△ブ 苺◇レーブ	お茶 チーズ	乳	乳	
29	水	335	ご飯	魚の胡麻にんにく焼き 五色和え 油揚げの味噌汁	牛乳 バナナ		乳	
30	木	427	ご飯	八宝菜 豆腐の中華スープ ヨーグルト	牛乳 青海苔ト	乳	乳	
31	金	423	鶏ゴボウご飯	車麩のタレかつ風 フロッコリーのおかか和え 小松菜の味噌汁	牛乳 米菓		乳	