

★ 10月 献立 ★

					令和04年10月01日(土)
朝おやつ					ルヴァン 牛乳
昼					ビビンバ丼 ブロッコリーのごまサラダ 味噌汁(ウケトル・わか)
昼おやつ					ちんすこう 牛乳
	令和04年10月03日(月)	令和04年10月04日(火)	令和04年10月05日(水)	令和04年10月06日(木)	令和04年10月07日(金)
朝おやつ	豆乳ウエハース 牛乳	星たべよ 牛乳	白い風船 牛乳	ほたぼた焼き 牛乳	ハーベスト 牛乳
昼	カレーピラフ ミートボール 具沢山スープ(キャ・ツ・タマ)	ご飯(おかかぶりかけ) ぶりの照り焼き 鶏肉と大豆のみそ煮 すまし汁(赤いツウ・トル)	ご飯 鶏肉の中華風漬け焼き 小松菜の胡麻よごし 中華スープ(チゲ・サイ・コ)	ポークビーンズ ☆さつまいものサラダ 味噌汁(ケイ・タ・イ)	ハーベスト 牛乳 ご飯 コロッケ ☆ツナコーンサラダ すまし汁(コマツ・タマ)
昼おやつ	ハバロア(バナラ) ルヴァン	焼き芋 牛乳	ピザトースト 牛乳	メロンパン風クッキー 牛乳	あさりおにぎり 牛乳
	令和04年10月10日(月)	令和04年10月11日(火)	令和04年10月12日(水)	令和04年10月13日(木)	令和04年10月14日(金)
朝おやつ		星たべよ 牛乳	白い風船 牛乳	マリービスケット 牛乳	ハーベスト 牛乳
昼	スポーツの日	わかめご飯 あじのみそ煮 ひじきの白和え 味噌汁(ケイ・イッ・ツ)	豚すき煮 カルシウムサラダ すまし汁(タマ・わか)	鶏の照り焼き コールスローサラダ 味噌汁(トル・キャ・ツ)	しおラーメン ☆ぎょうざ ほうれん草の磯和え
昼おやつ		チキンライスおにぎり 牛乳	☆じゃこトースト 牛乳	カレーおやき 牛乳	スイートポテト 牛乳
	令和04年10月17日(月)	令和04年10月18日(火)	令和04年10月19日(水)	令和04年10月20日(木)	令和04年10月21日(金)
朝おやつ	ビスコ 牛乳	星たべよ 牛乳	白い風船 牛乳	ほたぼた焼き 牛乳	ハーベスト 牛乳
昼	ご飯(おかかぶりかけ) ぶりの照り焼き 鶏肉と大豆のみそ煮 すまし汁(赤いツウ・トル)	カレーピラフ ミートボール 具沢山スープ(キャ・ツ・タマ)	ご飯 鶏肉の中華風漬け焼き 小松菜の胡麻よごし 中華スープ(チゲ・サイ・コ)	ポークビーンズ ☆さつまいものサラダ 味噌汁(ケイ・タ・イ)	ハーベスト 牛乳 ご飯 コロッケ(ケイ) ☆ツナコーンサラダ すまし汁(コマツ・タマ)
昼おやつ	ハバロア(バナラ) ルヴァン	焼き芋 牛乳	ピザトースト 牛乳	メロンパン風クッキー 牛乳	あさりおにぎり 牛乳
	令和04年10月24日(月)	令和04年10月25日(火)	令和04年10月26日(水)	令和04年10月27日(木)	令和04年10月28日(金)
朝おやつ	豆乳ウエハース 牛乳	星たべよ 牛乳	白い風船 牛乳	マリービスケット 牛乳	ハーベスト 牛乳
昼	さつまいもご飯 さわらのきのこあん 里芋のごまみそ煮 すまし汁(わか・トル)	★誕生日会★ チキンライス かぼちゃのシチュー コールスローサラダ	豚すき煮 カルシウムサラダ すまし汁(タマ・わか)	鶏の照り焼き コールスローサラダ 味噌汁(トル・キャ・ツ)	わかめご飯 あじのみそ煮 ひじきの白和え 味噌汁(ケイ・イッ・ツ)
昼おやつ	☆ツナマヨパン 牛乳	サンドイッチ ショア	☆じゃこトースト 牛乳	カレーおやき 牛乳	スイートポテト 牛乳
	令和04年10月31日(月)				
朝おやつ	ビスコ 牛乳				
昼	ピラフ コロッケ(キャ・チャ) ☆かぼちゃサラダ コンソメスープ かぼちゃプリン 牛乳			エネルギー 455kcal たんぱく質 16.1g 鉄 1.6mg カルシウム 266mg	
昼おやつ					

☆は卵献立使用