





10月 こんだて表




お弁当の日は、4日(水)と14日(土)です。

曜	日	朝のおやつ	副食	3時のおやつ
月	2 16 30	牛乳 こくまミルククリーム	薩摩汁 柿なます 大豆とじゃこの照り煮	フルーツヨーグルト和え
火	3 17 31	牛乳 いんご	3) 酢鶏 キャベツと海苔のナムル きのごスープ 17.31) 洋風千草焼き フロココリーのごま和え 南瓜スープ	ミルク お菓子
水	4 18	牛乳 たべっこ動物	魚のムニエルタルタルソースかけ 盛り合わせサラダ カニ風味スープ	おにぎり
木	5 19	牛乳 人参グラッセ	鶏肉と里芋のうま煮 千切大根のサラダ オレンジ	ミルク お菓子
金	6 20	牛乳 カナッペ	厚揚げの甘辛炒め 人参とツナのサラダ 梨	小倉蒸しパン
土	7 21	牛乳 ミニサラダ	きのごスパゲティ 玉ねぎの味噌汁	保育パン
月	23	牛乳 黒ゴマきな粉ラスク	スタミナチャプチェ 塩昆布のポテトサラダ コーン入りコンソメスープ	ぶどうゼリー
火	10 24	牛乳 アンパンマンお野菜せんべい	牛肉の炊き合わせ キャベツのゴマ和え オレンジ	がね
水	11 25	牛乳 南瓜の甘煮	ポトフ ツナとわかめのポン酢和え ごまひじき	ミルク お菓子
木	12 26	牛乳 きゅうりのマヨ醤油	きのご山カレー 千野菜の和風サラダ パナナ	甘食
金	13 27	牛乳 ドラえもんスナック	チキンカツ 線キャベツ もずくとコーンのお吸い物	ミルク お菓子
土	14 28	牛乳 ハーベスト	ちゃんぽん きゅうりのおかか和え	保育パン

* やむを得ずメニューを変更する場合があります。土曜日は麺類の為、白ご飯は要りません。



24日(火) お誕生会メニュー



※ 給食 ※

きのご飯
鶏肉のみそ焼き
野菜サラダ
絹ごし豆腐のすまし汁

※ 3時のおやつ ※

牛乳
クレープ



熱量	蛋白質	ビタミンB1	B2	A	C	カルシウム	鉄
Kcal	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg
506	19.5	0.3	0.3	0.2	30	322	2.1