

10月の献立予定表

武内保育園

日	曜	副 食 (共 通)	未満児			お や つ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
2	月	マーボー豆腐,中華サラダ,チンゲン菜の味噌汁,なし	麦ごはん	粉ふきいも オレンジ	コーンフレーク	いりこ	おむすび(昆布ゴマ)
3	火	魚のベーコン蒸し,おから煮しめ,すまし汁,ぶどう	麦ごはん	金平れんこん	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	ミルク 黒ゴマトースト
4	水	けんちんうどん,ごぼうサラダ,パイナップル	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	おむすび(たぬき)
5	木	油淋鶏,海藻サラダ,厚揚げの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	肉じゃが	いりこ	いりこ	☆ごとうふのきな粉 メープルかけ 未満児) 蒸しパン
6	金	れんこんつくねの照り焼き,ポークビーンズ, コンソメスープ,バナナ	麦ごはん	煮奴	牛乳 チーズ	いりこ	フルーツ ヨーグルト
7	土	運動会 (パン・ジュース・バナナ)			🍌*🍌*🍌*🍌		
10	火	ハヤシライス☆ごぼうの白和え,ゼリー	麦ごはん	チンゲン菜の 和え物	コーンフレーク	いりこ	牛乳 ハムチーズフリートー
11	水	お弁当の日			のむヨーグルト ウエハース	いりこ	ミルク マフィン
12	木	みそかつ,高菜チャンプルー,麩の味噌汁,パイナップル	麦ごはん	パプリカと鶏の 甘辛煮	バナナ	いりこ	☆おむすび (梅ひじき)
13	金	☆煮魚,レンコンのガーリック炒め,すまし汁,バナナ	麦ごはん	キャベツとツナの 胡麻和え	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース うどんかりんとう
14	土	三色丼,ジャーマンポテト,しいたけの味噌汁	麦ごはん		🍌*🍌*🍌*🍌		おむすび(ツナマヨ)
16	月	マカロニグラタン,☆かぼちゃサラダ,コンソメスープ, なし	麦ごはん	野菜炒め オレンジ	コーンフレーク	いりこ	おむすび(鮭ごま)
17	火	〇鶏肉のすき焼き〇あちら漬け,もやしの味噌汁,ぶどう	麦ごはん	がんも煮	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	牛乳 お好み焼き
18	水	☆豆乳たんたんそうめん,大豆の磯煮,パイナップル	麦ごはん	ブロッコリーの ゆかり和え	バナナ	いりこ	ジュース 麩ラスク
19	木	カレーライス,☆ひじきの胡麻マヨ和え,バナナ	麦ごはん	ハンバーグ	いりこ	いりこ	☆おむすび (枝豆・卵)
20	金	お供日食			牛乳 チーズ	いりこ	ケーキ
21	土	タコライス,肉じゃが,コンソメスープ	麦ごはん		🍌*🍌*🍌*🍌		せんべい
23	月	生姜焼き,冬瓜のそぼろ煮,ごぼうの味噌汁,なし	混ぜご飯	オレンジ	コーンフレーク	いりこ	おむすび (ゆかりちりめん)
24	火	魚のカラフル焼き,野菜の胡麻和え,大根の味噌汁,ぶどう	麦ごはん	ごぼうの味噌煮	のむヨーグルト ウエハース	いりこ	プリン
25	水	あんかけ焼きそば,大豆サラダ,麩の味噌汁,パイナップル	麦ごはん	卵焼き	バナナ	いりこ	おむすび (おなかチーズ)
26	木	南瓜コロッケ,パンパンジーサラダ,すまし汁,バナナ	麦ごはん	納豆和え	いりこ	いりこ	ミルク 黒糖蒸しパン
27	金	シュウマイ,高野豆腐の卵とし,チンゲン菜の味噌汁,ゼリー	麦ごはん	じゃがいもの そぼろ煮	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース かりんこ揚げ
28	土	スパゲティ,ポテトサラダ,コンソメスープ	麦ごはん		🍌*🍌*🍌*🍌		おむすび(わかめ)
30	月	キャベツのキッシュ,かんころ煮しめ,厚揚げの味噌汁 りんご	麦ごはん	レバーの甘煮	コーンフレーク	いりこ	おむすび(きつね)
31	火	鮭のホイル蒸し,中華炒め,すまし汁,バナナ	麦ごはん	南瓜の煮物	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	牛乳 スイートポテト

給食だより

食欲の秋がやってきます！

今年も夏野菜の収穫、スイカ割など夏らしい体験ができました。
秋はたくさんからだを動かし、旬の食べ物をもりもり食べて、寒い冬に向けて体力づくりが必要です！
園での芋ほり、旬の野菜を使ったメニューをお楽しみに！



今月は福岡県の郷土料理です。
お楽しみに！



お知らせ

- ・朝晩ヒンヤリしてきました。夏場はお弁当の日をお休みしていましたが10月から再開します。今月は11日(水)がお弁当の日です。準備をよろしくお願いします。
- ・20日(金)はお供日食になっています。この日はおこわを蒸しますのでご飯はいりませんが、おこわが苦手なお子さんは白ご飯を持たせて下さい。箸セットの準備をお願いします。