



10月予定献立一覧表

●毎月19日は食育の日 ★は手作りおやつの日です



日	曜	午前のおやつ 3才未満児	昼 食		午後のおやつ	
			未満児主食等	副 食		
1	木	シガーフライ 牛乳	ごはん	ローストチキン 塩もみ ポークカレー	お月見ゼリー きなこ餅	
2	金	星っこ 牛乳	ごはん	鮭の万葉焼き 変わり切り漬け ◆べっこう かたかご汁	りんご ソフト豆もち	
3	土	運動会				
5	月	ひじきせんべい 牛乳	ごはん	トルティージャ(じゃがいも入りオムレツ) ブロッコリーの塩ゆで ピスト(野菜のトマト煮込み)	★チュロス オレンジジュース	
6	火	お子様せんべい 牛乳	ごはん	ライスボールコロケ さわやかサラダ カレースープ	ビスコ たまねぎおかき 牛乳	
7	水	たべっ子BABY 牛乳	ごはん	えびグラタン ポイルキャベツ 卵とコーンのスープ	柿ゼリー 揚一番	
8	木	ちょぼちょぼクッキー 牛乳	ごはん	魚の南蛮漬け 青菜と切干大根のひたし ちゃんこ汁 パナナ	チョイスビスケット ミルク	
9	金	白い風船 牛乳	ごはん	鶏肉のみそ焼き 小松菜のコーンあえ 麩ときのこのすまし汁 甘夏缶	サラダおかき しるこサンド 牛乳	
10	土	お菓子 牛乳	コッペパン	焼きそば入り野菜ソテー おさかなのウィンナー 果物 牛乳		
12	月	マンナウエハース 牛乳	ごはん	レバーと大豆のケチャップがらめ パンサンサー 豆腐のかきたま汁	まがりせんべい 牛乳	
13	火	ミニぼん小魚 牛乳	ごはん	にらたま焼き おまめサラダ ワンタンスープ 梨	カルシウム塩せんべい ミルク	
14	水	野菜ハイハイ 牛乳	ごはん	魚のごまみそ焼き じゃがいものベーコン炒め 豆腐としめじのみそ汁	ぶどうゼリー 海苔巻きせんべい	
15	木	バナナ 牛乳	ごはん	豆腐入りさつま揚げ ブロッコリーのごまあえ じゃがいもと油揚げのみそ汁	おやつドック(チーズ) 牛乳	
16	金	星たべよ りんごジュース	ごはん	魚のオープン焼き ポイル野菜 スパゲティナポリタン	★アップルパイ 牛乳	
17	土	お菓子 牛乳	丸ロール	うどん入り野菜ソテー 型抜きチーズ 果物 牛乳		
19	月	ポーロ 牛乳	ごはん	鮭のマヨネーズ焼き いろとり コーンラーメン	ムーンライト 牛乳	
20	火	チーズスティック 牛乳	ごはん	ホイコーロー コーンポテト えのきと豆腐のスープ	パンプキンマフィン ジョア	
21	水	カルテツウエハース 牛乳	ごはん	豚肉のジャンロー 三色ひたし 豆乳みそスープ 甘夏缶	ヨーグルト	
22	木	鉄入りビスケット 牛乳	◆さつまいも ごはん	◆さつまいもごはん 鶏肉のたれづけ いんげんのごまあえ 青菜のすまし汁	お米deブルーベリータルト 牛乳	
23	金	ココナッツサブレ 牛乳	ごはん	卵焼き ひじきの磯煮 豚汁	★ふかしいも 牛乳	
24	土	お菓子 牛乳	ごはん	クリームシチュー ウインナー 果物 牛乳		
26	月	やきいもクッキー 牛乳	ごはん	えびフライ カラフルあえ ポテトスープ	おととと 牛乳	
27	火	ハイハイ 牛乳	ごはん	魚のごまだれ焼き 青菜とえのきのごまひたし 大根と油揚げのみそ汁	ぼたぼた焼き 牛乳	
28	水	ヨーグルト	ごはん	鶏の照り焼き ◆柿なます じゃがいものそぼろ煮	マスカットゼリー おこげせんべいえび味	
29	木	黄桃缶 牛乳	ごはん	ちくわの磯辺揚げ 青菜のごまひたし さつまいものみそ汁	北の卵サブレ 牛乳	
30	金	野菜家族 牛乳	ごはん	アップルチキン さくさくサラダ パンプキンスープ	ハロウィンデザート	
31	土	お菓子 牛乳	ロールパン	スパゲッティソテー おさかなウインナー 果物 牛乳		

● 1日 お月見献立

🍷 2日 万葉献立

◆ 2日「べっこう」 ◆ 22日「さつまいもごはん」 ◆ 29日「柿なます」は郷土食献立です。

🇪🇸 5日 東京オリンピック応援献立(スペイン)

❤️ 22日 お誕生会献立

🎃 30日 ハロウィン献立

