





10月のMENU





日	月	火	水	木	金	土
					1 和風オムレツ キャベツとツナの サラダ バナナ お菓子・チーズ	2  うんどうかい
3	4 鮭の西京焼き 野菜のごま和え オレンジ ココア蒸しパン	5 肉じゃが ちりめん卵とじ パイ ドーナツ	6 鶏の照り焼き マカロニサラダ キウイ あんぱん	7 栄養味噌汁 ひじきの煮物 梨 おにぎり	8 魚のチーズフライ ツナコーンの 春雨サラダ バナナ プリン	9  ハヤシライス 福神漬け チーズ バナナ お菓子
10	11 鯖のカレー焼き 野菜のナムル キウイ フルーツヨーグルト	12  マーボー豆腐 レバー生姜煮 バナナ 豆腐団子	13 ハンバーグ 小松菜とちくわの おかか和え 梨 メロンパントースト	14  チーズ芋蒸しパン	15 かきたま汁 かぼちゃの天ぷら パイ コーンフレーク	16 焼きそば ごまいりこ バナナ お菓子
17	18 鮭のきのこあんかけ 和風サラダ パイ ホットケーキ	19 大豆五目煮 ちりめん卵とじ 梨 お好み焼き	20 春雨と肉団子のスープ ほうれん草の おかか和え バナナ ヨーグルト	21 鯖とコーンの混ぜご飯 唐揚げ 野菜サラダ パイ シュークリーム	22 魚のみぞれ煮 小松菜のじゃこ和え りんご ジャムサンド	23 スパゲッティー ウインナー バナナ
24	25  ポークカレー 福神漬け チーズ バナナ ゼリー	26 ギョロク 酢の物 パイ クリームパン	27 豚汁 きんぴらごぼう りんご じゃがもちくん	28 鯖の味噌煮 ほうれん草の ごま和え バナナ フルーチェ	29  パンプキンシチュー レバー生姜煮 梨 ブルーベリーマフィン	30 炒めビーフン ごまいりこ バナナ お菓子
31						



 お弁当の日・誕生会以外は、主食のみのお弁当を持ってきてください。（ほし・にじ組）

 スプーンが必要な日 → 箸とスプーンを持ってきてください。

 お弁当の日 → 主食とおかずの入ったお弁当・箸・スプーン・フォークを持ってきてください。

 誕生会 → 白いご飯はいりません。コップ・箸を持ってきてください。（ほし・にじ組）

