



# 10月のMENU



日	月	火	水	木	金	土
						1  つくし・れんげ・たんぽぽ うどん・かい
2	3 鮭のムニエルタルタル コーンサラダ  梨 フルーツヨーグルト	4 豚汁 ひじきの煮物  キウイ おさつだんご	5 豆腐ハンバーグ 野菜のごま和え  パイン ゼリー・チーズ	6 大豆五目煮 ちりめん卵とじ  バナナ ホットケーキ	7 魚フライ ツナコーンの春雨 サラダ パイン メロンパン	8 ハヤシライス 福神漬け チーズ バナナ お菓子
9	10  スポーツの日 スポーツの日	11 鯖の味噌煮 きんぴらごぼう  バナナ おはぎ	12 和風オムレツ ハムサラダ  パイン ジャムサンド	13  芋蒸しパン	14 かきたま汁 かぼちゃの天ぷら  りんご プリン・チーズ	15  ほし・にじ うどん・かい
16	17 魚のみぞれ煮 白菜のおかか和え  バナナ ココアブラウニー	18 マーボー豆腐 レバー生姜煮  梨 ドーナツ	19 鰯の満点揚げ ほうれん草のナムル  パイン あんぱん	20 白菜と肉団子のスープ ソーセージの ケチャップ和え キウイ ヨーグルト	21 ハロウィンカレーライス 野菜サラダ スマイルポテト バナナ ブルーベリーマフィン	22 焼きそば ごまいりこ  バナナ
23	24 鮭のきのこあんかけ さつまいもサラダ  パイン ココア蒸しパン	25 すき焼き風煮 ちりめん卵とじ  りんご じゃがもちくん	26 鶏つくね ほうれん草の おかか和え バナナ フルーチェ	27 栄養味噌汁 ひじきの煮物  パイン フレンチトースト	28 唐揚げ 酢の物  梨 コーンフレーク	29 炒めビーフン ウインナー  バナナ お菓子
30	31 鯖のカレー焼き 野菜の海苔和え  バナナ お菓子・チーズ					



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)

