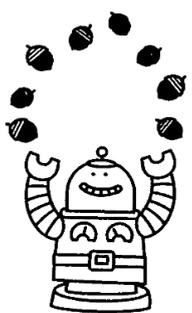
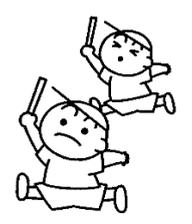


令和6年10月 献立予定表

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	いそ 磯うどん ザンタレ くだもの 果物	あき こんさい 秋の根菜カレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 キャベツの和え物 チーズ	ごはん だんごじる いも団子汁 ささみのフレーク揚げ きゅうりの中華和え	わかめごはん すまし汁 さけ みそ や 鮭の味噌マヨネーズ焼き だいこん 大根とツナのサラダ	ブラウンシチュー ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ フルーツミックス缶
7	8	9	10	11	12
ごはん しる みそ汁 ちゅうかいた つるるん中華炒め マカロニサラダ くだもの 果物	まーぼやさい 麻婆野菜ラーメン あお 青のりポテト くだもの 果物	ごはん しる みそ汁 わふう 和風オムレツ ほうれん草のなめ茸和え くだもの 果物	フィッシュバーガー コンソメスープ ブロッコリーのサラダ ようちぶぎゅうにゅう 幼稚園牛乳	ごはん しる みそ汁 わふう ハンバーグ和風ソース だいこん 大根サラダ	さけ 鮭チーズごはん ふたじる キャベツ豚汁 ヨーグルト
黒糖蒸しパン 牛乳	ごまラスク 保：牛乳 幼：カップアイス	かぼちゃサンドパン 牛乳	枝豆昆布おにぎり 麦茶	マシュマロ玄米フレーク 牛乳	菓子（マリービスケット）他 牛乳
14	15	16	17	18	19
スポーツの日 	ごはん しる みそ汁 ふたにく 豚肉のマーマレード焼き あ もの きゅうりとかにの和え物 くだもの 果物 みたらしいもち 牛乳	ごはん しる みそ汁 あ レバーのカレー揚げ スパゲティサラダ にいたかなし 新高梨 かぼちヤスティックパイ 牛乳	ひろしごはん しる みそ汁 さバのごま焼き とりにくだいこん 鶏肉と大根のさっぱり煮 ココア揚げパン 牛乳	発表会頑張れメニュー やきにくどん スタミナ焼肉丼 ぎゅうにゅう 牛乳 かぼちヤコロケ プチゼリー ホワイトポンチ 菓子 (メープルかりんとう)	 第17回 幼児センター 発表会
21	22	23	24	25	26
1号認定児振替休日	にく 肉うどん てん かぼちヤの天ぷら くだもの 果物	ごはん しる みそ汁 ふたにく 豚肉のサクッと揚げ そう なっとうあ ほうれん草の納豆和え くだもの 果物	サンドイッチ どうにゅう 豆乳スープ かぼちヤのキッシュ フレンチサラダ ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚園牛乳	ごはん しる みそ汁 あ カレーのから揚げ ツナじゃが	ハヤシライス ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ フルーツミックス缶
ミートベンネ 牛乳	ヨーグルトスコーン 牛乳	キャロットケーキ 牛乳	チーズおかかおにぎり 麦茶	原宿ドック 牛乳	菓子（英字ビスケット） 他 鉄分ジュース
28	29	30	31	* 今月の平均栄養量 * 未満児 以上児 エネルギー 482cal 580kcal たんぱく質 20g 24g 脂質エネルギー比 32% 31% 塩分 1.9g 2.3g 	
ごはん しる みそ汁 とり や 鶏のきじ焼き ブロッコリーとツナのサラダ くだもの 果物 かぼちヤのデザートピザ 牛乳	しょうゆやさい 醤油野菜ラーメン ごまポテト チーズ	誕生会 どん キッズプルコギ丼 はるさめ 春雨スープ きりぼしだいこん 切干大根のナムル かぼちヤの カップケーキ コーンフレーク 果物 牛乳	ドライカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 ポテトサラダ チーズ フルーツヨーグルト 菓子 (カルテツウエハース)		