

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材	3歳未満児 朝のおやつ	3時のおやつ
1	木	運動会総練習（以上児）	ハヤシライス ブロッコリーのドレッシング和え チーズ パナナ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ じゃがいも ブロッコリー きゅうり 人参 ハム チーズ パナナ	牛乳 野菜せんべい	豆乳 メロンパン
2	金		御飯 ハンバーグ きゅうりとツナのごま炒め 小松菜のコンソメスープ オレンジ	米 牛肉 豚肉 玉ねぎ 牛乳 きゅうり ツナ ごま 玉ねぎ 人参 小松菜 オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 以 かみかみ小魚 未 小魚せんべい
3	土				オレンジジュース せんべい	リンゴジュース 米菓子
5	月	安全指導週間 身体測定（以上児）	御飯 きつねうどん ブロッコリーサラダ ウインナー パナナ	米 うどん 油揚げ 玉ねぎ 人参 ねぎ ブロッコリー きゅうり 人参 ハム ウインナー パナナ	牛乳 ポーロ	オレンジゼリー カルシウムウエハース
6	火	身体測定（未満児）	御飯 赤魚の甘辛煮 野菜の納豆和え 豚汁 バイン	米 赤魚 生姜 納豆 小松菜 人参 切干大根 ひじき 豚肉 ごぼう 大根 白菜 玉ねぎ 人参 ねぎ 里芋 バイン	牛乳 パナナ	のむヨーグルト チーズサンド クラッカー
7	水		御飯 高野豆腐の卵とし ブロッコリーの和え物 白菜の味噌汁 オレンジ	米 高野豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 椎茸 ほうれん草 卵 ブロッコリー かまぼこ きゅうり 白菜 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ミニドック
8	木	おはなしのもり	御飯 豆腐とツナの落とし揚げ ほうれん草の和え物 なめこの味噌汁 バイン	米 木綿豆腐 ツナ 玉ねぎ にら 卵 ひじき ほうれん草 人参 大根 なめこ ねぎ バイン	牛乳 ロールパン	牛乳 りんごとさつま芋の 蒸しまんじゅう
9	金	運動会（以上児） 布団持ち帰り	ポークカレーライス キャベツのドレッシングサラダ 梨	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 かぼちゃ きゅうり キャベツ 人参 かまぼこ 梨	牛乳 ビスケット	牛乳 以上児かみかみラスク 未満児クッキー
10	土				リンゴジュース 米菓子	オレンジジュース せんべい
13	火	衣替え	御飯 秋なすのミートスパゲティ ブロッコリーサラダ きのこスープ パナナ	米 スパゲティ なす 玉ねぎ 人参 豚肉 パセリ チーズ ブロッコリー 人参 きゅうり ハム えのき しめじ 玉ねぎ 小松菜 パナナ	牛乳 クッキー	フルーツ ヨーグルト
14	水	誕生会	おめでとうランチ	米 鶏肉 油揚げ 椎茸 しめじ 舞茸 人参 竹輪 ごぼう えび スパゲティ 人参 きゅうり ツナ チーズ コーン じゃが芋 バイン	りんごジュース	牛乳 ロールケーキ
15	木		御飯 鮭の味噌焼き さっぱりサラダ パンフキンスープ オレンジ	米 鮭 レタス 人参 レーズン きゅうり レモン かぼちゃ 玉ねぎ ブロッコリー 鶏肉 豆乳 オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 もちもちチーズ揚げパン
16	金	運動教室（きりん） フロス指導（そう）	御飯 鮭の竜田揚げ マカロニサラダ 大根のみそ汁 パナナ	米 鮭 生姜 マカロニ 人参 きゅうり ハム レタス 大根 玉ねぎ 人参 パナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 以上児かみかみせんべい 未満児ソフトせんべい
17	土				オレンジジュース 塩せんべい	リンゴジュース 米菓子
19	月		御飯 揚げ餃子 沢庵サラダ 豆腐の中華スープ オレンジ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 沢庵 人参 きゅうり キャベツ 豆腐 玉ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 クッキー	二色おにぎり
20	火	バス遠足（ばんだ）	御飯 白身魚のフライ ほうれん草のごま和え えのき茸のすまし汁 パナナ	米 おひょう ほうれん草 人参 もやし ごま えのき茸 油揚げ 玉ねぎ わかめ ねぎ パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 抹茶蒸しパン
21	水	尿検査 食育の日	御飯 ★広東風焼きそば いんげんの胡麻和え 卵と豆腐の味噌汁 オレンジ	米 中華麺 豚肉 人参 もやし ビーマン いんげん ごま 卵 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 ★ヘルシー大学芋
22	木	学校ごっこ 尿検査補足日	御飯 マーマレードチキン スティック野菜 たらこじゃが芋 豆乳のコンソメスープ パナナ	米 鶏肉 マーマレード にんにく きゅうり 人参 たらこ じゃが芋 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 豆乳 パナナ	オレンジゼリー	牛乳 高野スティック
23	金	バス遠足（そう） 運動教室（ばんだ） 布団持ち帰り	御飯 鶏肉とさつま芋の旨煮 ブロッコリーサラダ 白菜のすまし汁 オレンジ	米 鶏肉 さつま芋 人参 しめじ いんげん ブロッコリー きゅうり 白菜 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 ウエハース	牛乳 かみかみビスケット
24	土				リンゴジュース 米菓子	オレンジジュース せんべい
26	月	避難訓練	わかめ御飯 ベーコンと小松菜のソテー 豚汁 オレンジ	米 わかめ ベーコン 小松菜 人参 コーン 豚肉 ごぼう 大根 白菜 玉ねぎ 人参 ねぎ 里芋 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳（低脂肪） 芋かりんとう
27	火	バス遠足（きりん）	御飯 鮭の塩焼き のり和え 八宝菜汁 りんご	米 鮭 キャベツ 人参 ほうれん草 きゅうり あまのり 豚肉 なた 玉ねぎ 人参 白菜 しめじ りんご	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 マカロニナポリ
28	水		御飯 筑前煮 小松菜のごま和え 花魁の味噌汁 パナナ	米 鶏肉 人参 筍 蓮根 ごぼう 里芋 椎茸 いんげん 小松菜 人参 もやし ごま 花魁 ねぎ えのき茸 パナナ	牛乳 クッキー	牛乳 ソーセージドック
29	木		御飯 パンプキングラタン 三色サラダ カブのスープ オレンジ	米 南瓜 鶏肉 マカロニ 玉ねぎ パター チーズ ミルク パセリ キャベツ きゅうり 人参 かぶ 人参 ベーコン オレンジ	牛乳 ポーロ	牛乳 フレンチトースト
30	金	年長児交流会（そう）	御飯 豚肉の生姜焼き 竹輪の酢の物 そうめんの澄まし汁 バイン	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 にら ごま 竹輪 きゅうり 春雨 キャベツ ごま 人参 そうめん ねぎ 人参 しめじ バイン	豆乳 パナナ	牛乳 以上児きらす揚げ 未満児ビスケット
31	土				オレンジジュース せんべい	リンゴジュース 米菓子

おめでとうランチ・・・きのこごはん エビフライ サラスバサラダ フライドポテト バイン

今月の果物は、りんご・梨・オレンジ・パナナ・バインを予定しています。

都合により献立を変更する事があります。ご了承ください。

保育所で栽培、収穫した季節の野菜を給食で提供することがあります。

★印は新メニューです。