

令和2年

10月

若狭浦保育所 予定献立表

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ				1	2	3
献立	<p>10月10日は『目の愛護デー』で、10月9日に目の愛護デーメニューが登場します。目の愛護デーメニューにはビタミンAが多く含まれるほうれん草のオムレツとアントシアニンが多く含まれるブルーベリーゼリーをつけました。このほかに、10月は『十五夜メニュー』や『ハロウィンメニュー』など行事がいっぱいです。お楽しみに！(^▽^)/</p> 			<p>ビスコ</p> <p>【十五夜メニュー】 ごはん うさぎ型ハンバーグ もずく酢の物 豚汁/お月見デザート さつま芋栗きんとん、牛乳</p>	<p>ウエハース</p> <p>ごはん 豚肉と卵の炒り豆腐 ちくわのいそべ揚げ すまし汁 梨 ツナマヨおにぎり</p>	<p>せんべい</p> <p>カレーうどん 白菜の浅漬け バナナ ラスク、牛乳</p>
おやつ						
朝おやつ	5	6	7	8	9	10
献立	<p>プチクッキー</p> <p>麦ごはん 豚すき焼き風煮 千切り大根と青菜の和え物 アーサと卵のスープ パイン缶</p>	<p>バナナ</p> <p>もちきびご飯 鶏のパン粉焼き ブロッコリーソテー コンソメスープ 白桃缶</p>	<p>せんべい</p> <p>ごはん さばのしょうが焼き 小松菜のごま和え 豆乳みそ汁 ネーブル</p>	<p>ビスコ</p> <p>【お弁当会】 </p>	<p>ウエハース</p> <p>【10/10目の愛護デーメニュー】 麦ごはん ほうれん草オムレツ ゴボウサラダ/キャベツとベーコンのスープ 目の愛護デーゼリー</p> 	<p>せんべい</p> <p>ビビンバ丼 ちくわと野菜和え 白桃缶 クリームパン、牛乳</p>
おやつ	サターアングラー（黒ゴマ入り）、牛乳	りんごのタルト、牛乳	たまごサンド、牛乳	【お誕生会】、ケーキ、牛乳	アメリカンドッグ、牛乳	
朝おやつ	12	13	14	15	16	17
献立	<p>プチクッキー</p> <p>もちきびご飯 鮭のチーズ焼き こふきいも 野菜のトマトスープ 杏仁フルーツ</p>	<p>ネーブル</p> <p>チキンカレーライス 小松菜とコーンの和え物 大根のスープ ヨーグルト</p>	<p>せんべい</p> <p>ごはん じゃがいものそぼろ煮 納豆 みそ汁 梨</p>	<p>ビスコ</p> <p>麦ごはん 鶏肉のみそ焼き ツナマヨサラダ すまし汁 バナナ</p>	<p>ウエハース</p> <p>【10/17沖縄そばの日】 三枚肉沖縄そば 和風サラダ ネーブル</p> 	<p>せんべい</p> <p>ハヤシライス ブロッコリーサラダ パイン缶 丸ほうろ、牛乳</p>
おやつ	プリン、せんべい	ひとくち桃まん、牛乳	ちんすこう、牛乳	大学芋、牛乳	おにぎり	
朝おやつ	19	20	21	22	23	24
献立	<p>プチクッキー</p> <p>もちきびご飯 魚きのこソースかけ クープイリチー みそ汁 みかん缶</p>	<p>バナナ</p> <p>ツナとトマトのスパゲティ ブロッコリーのマヨ和え コーンスープ 黄桃缶</p>	<p>せんべい</p> <p>ごはん 鶏唐揚げ アスパラガスソテー ABCスープ ネーブル</p>	<p>ビスコ</p> <p>ごはん 豚のしょうが炒め シラス入り酢のもの すまし汁 白桃缶</p>	<p>ウエハース</p> <p>ごはん マーボー豆腐 ハンサンスー 大根とえのきの中華スープ バナナ</p>	<p>せんべい</p> <p>中華炒め丼 春雨のスープ ネーブル ジャムサンド、牛乳</p>
おやつ	さつま芋天ぷら、牛乳	きつねおにぎり	ゆでとうもろこし、チーズ	黒糖蒸しケーキ、牛乳	おからスコーン、牛乳	
朝おやつ	26	27	28	29	30	31
献立	<p>プチクッキー</p> <p>もずく丼 ごまじゃこ和え 冬瓜入りかき玉スープ みかん缶</p>	<p>ネーブル</p> <p>ごはん 鶏のさっぱり煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 黄桃缶</p>	<p>せんべい</p> <p>麦ごはん 白身魚の南蛮漬け 糸こんにゃくのきんぴら みそ汁 ネーブル</p>	<p>ビスコ</p> <p>ごはん 肉じゃがが煮 青菜のお浸し もずくのすまし汁 パイン缶</p>	<p>ウエハース</p> <p>【ハロウィンメニュー】 パン チキンピザ風焼き コールスローサラダ パンプキンスープ/フルーツカクテル</p> 	<p>せんべい</p> <p>豚丼 小松菜のスープ バナナ ハムサンド、牛乳</p>
おやつ	ももゼリー、りんご	バナナマフィン、牛乳	トライアングル、牛乳	シュガークッキー、牛乳	おにぎり	

※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。