

こばと保育園(一般)

2024年10月献立表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 南瓜ポーロ 牛乳	2 おせんべい 牛乳	3 南瓜ポーロ 牛乳	4 ビスケット 牛乳	5 おせんべい 牛乳
昼食		はちみつバターパン ワンタン風スープ あじの香草パン粉焼き ひじきのごまサラダ ぶどう	御飯 さつま芋の味噌汁 ユーリンチー ブロッコリーのおかかマヨ和え 梨	長崎ちゃんぼん なすと南瓜の肉みそかけ バナナ	御飯 大根の味噌汁 ごぼう入り鶏つくね 小松菜とコーンの和え物 オレンジ	肉うどん お芋のサラダ バナナ
午後		にんじんブリッツ 牛乳	ホットケーキ 牛乳	パイナップルゼリー 牛乳 おせんべい	うどんかりんとう 牛乳	ラスク 牛乳
午前	7 バナナ 豆乳	8 南瓜ポーロ 豆乳	9 おせんべい 豆乳	10 南瓜ポーロ 豆乳	11 ビスケット 豆乳	12 おせんべい 豆乳
昼食	御飯 白菜とえのきの味噌汁 生揚げ中華風 きゅうりの塩昆布和え グレープフルーツ	～ハロウィンプレート～ ケチャップごはん 南瓜ポタージュ 鶏肉の照り焼き 紫キャベツと人参のマリネ 茹でブロッコリー ぶどう	豚肉の塩だれ丼 豆腐とわかめの味噌汁 もやしのナムル 柿	ほうとううどん サモサ バナナ	御飯 里芋と小松菜の味噌汁 カレイの甘酢あんかけ いんげんの胡麻和え オレンジ	照り焼きチキントースト ほうれん草と人参のスープ きゅうりとわかめのサラダ バナナ
午後	ツナマヨパン 豆乳	ココアドーナツ 豆乳	チーズスティックパン 豆乳	きつねごはん 豆乳	抹茶ケーキ 豆乳	そぼろおにぎり 豆乳
午前	14	15 南瓜ポーロ 牛乳	16 おせんべい 牛乳	17 南瓜ポーロ 牛乳	18 ビスケット 牛乳	19 おせんべい 牛乳
昼食	スポーツの日	はちみつバターパン ワンタン風スープ あじの香草パン粉焼き ひじきのごまサラダ ぶどう	御飯 さつま芋の味噌汁 ユーリンチー ブロッコリーのおかかマヨ和え 梨	長崎ちゃんぼん なすと南瓜の肉みそかけ バナナ	御飯 大根の味噌汁 ごぼう入り鶏つくね 小松菜とコーンの和え物 オレンジ	肉うどん お芋のサラダ バナナ
午後		にんじんブリッツ 牛乳	ホットケーキ 牛乳	パイナップルゼリー 牛乳 おせんべい	うどんかりんとう 牛乳	ラスク 牛乳
午前	21 バナナ 豆乳	22 南瓜ポーロ 豆乳	23 おせんべい 豆乳	24 南瓜ポーロ 豆乳	25 ビスケット 豆乳	26 おせんべい 豆乳
昼食	御飯 白菜とえのきの味噌汁 生揚げ中華風 きゅうりの塩昆布和え グレープフルーツ	食パン トマトシチュー 鶏肉のチーズ焼き コールスローサラダ ぶどう	豚肉の塩だれ丼 豆腐とわかめの味噌汁 もやしのナムル 柿	ほうとううどん サモサ バナナ	御飯 里芋と小松菜の味噌汁 カレイの甘酢あんかけ いんげんの胡麻和え オレンジ	照り焼きチキントースト ほうれん草と人参のスープ きゅうりとわかめのサラダ バナナ
午後	ツナマヨパン 豆乳	フルーツコーンフレーク 麦茶	チーズスティックパン 豆乳	きつねごはん 豆乳	抹茶ケーキ 豆乳	そぼろおにぎり 豆乳
午前	28 バナナ 豆乳	29 南瓜ポーロ 牛乳	30 おせんべい 牛乳	31 南瓜ポーロ 牛乳	◎材料の都合上献立が変更になる場合があります ◎今月のお楽しみ給食は8日(火)です ◎卵は使用していません  ◎今月の平均栄養価 エネルギー 3～5歳児 557kcal 1～2歳児 483kcal たんぱく質 21.1g 19.4g 脂質 17.7g 14.6g	
昼食	さんまのかば焼き丼 玉ねぎとえのきの味噌汁 キャベツときゅうりの和え物 グレープフルーツ	食パン ブロッコリーのカレースープ 鶏肉のクラッカー焼き チーココサラダ ぶどう	御飯 なすの味噌汁 ヒレカツ 小松菜の磯和え オレンジ	和風スパゲティー 鶏ひき肉とキャベツのスープ トマトとわかめのサラダ バナナ		
午後	フルーツクリームサンド 牛乳	大学芋 牛乳	栗蒸しパン 牛乳	ハロウィンクッキー 牛乳		