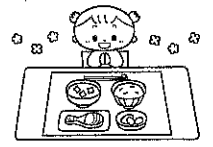




10月の献立 盛こども園



	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
昼食	鶏肉のさっぱり煮 たきぎあえ キャベツのみそ汁	鮭の照り焼き 切干大根と コーンのサラダ じゃがいもの みそ汁 トマト	〈完全給食〉 カレーピラフ さつまいもサラダ きのこスープ オレンジ	〈さんま焼きの日〉 さんまの炭火焼き 豚汁 なしゼリー	ずき焼き風煮 かぼちゃのみそ汁 りんご	おにぎり うどん
15時	牛乳 きなこラスク	麦茶 ごへいもち	牛乳 バナナケーキ	牛乳 ビスケット	牛乳 もちもちパン	麦茶 せんべい
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
昼食	〈スポーツの日〉 	たら煮つけ 金平ごぼう 小松菜のみそ汁 オレンジ	〈完全給食〉 さつまいもご飯 マーボーなす 千切り野菜の すまし汁 ミニゼリー	干草卵焼き 中華きゅうり キャベツと 豚肉のみそ汁	ポトフ 切干大根の ごまマヨ和え バナナ	〈希望保育〉
15時		牛乳 スコーン	牛乳 ジャムパン	牛乳 かまもち	牛乳 せんべい	
	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
昼食	豚肉のみそ焼き シルバーサラダ すまし汁 トマト	筑前煮 さんまのすり身汁 バナナ	〈完全給食〉 きのこあんかけ うどん かぼちゃの甘煮 みかん	豆腐のつくね揚げ ブロッコリー 大根のみそ汁 オレンジ	鮭のカレー焼き ほうれん草のナム 豆乳スープ 柿	焼きそば わかめスープ
15時	麦茶 おにぎり	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 ホットドック	牛乳 せんべい	牛乳 きなこあめ	麦茶 せんべい
	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
昼食	タンドリーチキン 野菜ソテー ツルツルスープ	ぶり大根 鉄たっぶりサラダ バナナ	〈完全給食〉 誕生会 おにぎり(作りか) さつまいも汁 ゼリー	マーボー豆腐 ワンタンスープ りんご	鶏肉と里芋の煮物 春雨サラダ わかめのみそ汁	〈希望保育〉
15時	牛乳 ポテトもち	牛乳 ベじかりん	麦茶 フルーツヨーグルト	牛乳 あんこだんご	牛乳 じゃこトースト	
	30日(月)	31日(火)	日(水)	日(木)	日(金)	日(土)
昼食	ちくわの チーズあげ 酢の物 なすのみそ汁	パンプキンチュー 切干大根の さっぱりサラダ トマト		旬の食材 なす チンゲン菜 さつまいも きのこ さんま かつお 鮭 ぶどう 柿 りんご 栗 他 		
15時	牛乳 ふかし芋	麦茶 おばけみかん				

・献立は都合により変更になる場合がございます。ご了承ください。 ・今月の平均栄養量は435kcal、1日の平均塩分量は2gです。

新米の季節です！

お米がおいしい季節です。
秋の味覚とともにぜひ味わい
ましょう。



お米にまつわる食のことは「同じ釜の飯を食う」

一つの釜で炊いたご飯を分け合って食べるという意味で、生活の中で
苦しいことや楽しいことも一緒に過ごした間柄のことです。家族は
もちろん、園で食事を一緒に食べる友達も「同じ釜の飯を食う」仲間
です。

