

|                                            |                                         |                                       |                                       |                                            |                                              |                             |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------|
|                                            |                                         |                                       |                                       | 1(木)                                       | 2(金)                                         | 3(土)                        |
|                                            |                                         |                                       |                                       | ごはん<br>春雨の五目炒め<br>かぼちゃのバター焼き<br>わかめスープ     | ごはん<br>ポークビーンズ<br>ブロッコリーのゆかりマヨあえ<br>キャベツのスープ | チキンライス<br>コールスロー<br>えのきのスープ |
|                                            |                                         |                                       |                                       | 牛乳、かりんとう、バナナ                               | 牛乳、牛乳かんてん                                    | 牛乳、パン                       |
| 5(月)                                       | 6(火)                                    | 7(水)                                  | 8(木)                                  | 9(金)                                       | 10(土)                                        |                             |
| ごはん<br>さけのアップルソース<br>ひじきの煮物<br>かぼちゃのみそ汁    | ごはん<br>松風焼き<br>もやしと小松菜の塩ごまあえ<br>油揚げのみそ汁 | きのこカレー<br>さつま芋のレモン煮<br>バナナ            | ごはん<br>チャプチェ<br>もやし炒め<br>チンゲン菜のスープ    | ごはん<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>小松菜のおかかあえ<br>白菜のみそ汁    | ドリア<br>野菜スープ<br>オレンジ                         |                             |
| 牛乳、ピザ                                      | 牛乳、昆布おにぎり                               | 牛乳、ぶどうゼリー                             | 牛乳、かりんとう、バナナ                          | 牛乳、かぼちゃケーキ                                 | 牛乳、パン                                        |                             |
| 12(月)                                      | 13(火)                                   | 14(水)                                 | 15(木)                                 | 16(金)                                      | 17(土)                                        |                             |
| スポーツの日                                     | ごはん<br>さばの幽庵焼き<br>納豆あえ<br>なすのみそ汁        | ロールパン<br>白菜のクリーム煮<br>かぼちゃサラダ<br>オレンジ  | ごはん<br>肉豆腐<br>きゅうりともやしの酢の物<br>しめじのみそ汁 | ごはん<br>鶏の天ぷら<br>にんじんのごまあえ<br>わかめのみそ汁       | ひじきチャーハン<br>ささみとキャベツのサラダ<br>小松菜のみそ汁          |                             |
|                                            | 牛乳、カレーまん                                | 牛乳、青菜おにぎり                             | 牛乳、クラッカーサンド                           | 牛乳、りんごのチーズケーキ                              | 牛乳、パン                                        |                             |
| 19(月)                                      | 20(火)                                   | 21(水)                                 | 22(木)                                 | 23(金)                                      | 24(土)                                        |                             |
| ごはん<br>カレーの磯辺焼き<br>きのこときゅうりの合い混ぜ<br>白菜のみそ汁 | ごはん<br>ポークチャップ<br>コールスローサラダ<br>豆腐のスープ   | ハヤシライス<br>ポテトサラダ<br>オレンジ              | ごはん<br>豚肉と野菜のごま炒め<br>白菜の昆布和え<br>豆腐みそ汁 | ごはん<br>鶏つくねの照り焼き<br>小松菜のなめたけ和え<br>きゃべつのみそ汁 | 秋まつり                                         |                             |
| 牛乳、チーズクッキー+                                | 牛乳、バナナ、せんべい                             | 牛乳、レモンラスク                             | 牛乳、そぼろおにぎり                            | 牛乳、おさつスティック                                |                                              |                             |
| 26(月)                                      | 27(火)                                   | 28(水)                                 | 29(木)                                 | 30(金)                                      | 31(土)                                        |                             |
| ごはん<br>豆腐の中華煮<br>焼きビーフン<br>わかめスープ          | ごはん<br>ホイコーロー<br>切干大根のサラダ<br>豆乳スープ      | ごはん<br>さけの西京焼き<br>小松菜の煮びたし<br>豆苗のすまし汁 | カレーうどん<br>大豆サラダ<br>オレンジ               | 牛肉とごぼうの混ぜごはん<br>白和え<br>大根のみそ汁              | 焼きうどん<br>小松菜のみそ汁<br>バナナ                      |                             |
| 牛乳、きな粉トースト                                 | 牛乳、チヂミ                                  | 牛乳、かりんとう、バナナ                          | 牛乳、かぼちゃ餅                              | 牛乳、ハロウィンクッキー                               | 牛乳、おにぎり                                      |                             |

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

卵使用  
乳使用