

# 10月の献立表

幼稚園

光の園幼稚園

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
ロールパン クリームシチュー 胡瓜とキャベツの中華サラダ	麦ごはん さけの幽庵焼き 白菜と揚げの煮びたし 豆腐とわかめのみそ汁	ピラフ レバニラ炒め 舞茸の豆乳スープ	ミートスパゲティ ヨーグルトサラダ	ビビンバ ほうれん草ともやしのナムル にらとしめじの卵スープ	ごはん 肉じゃが キャベツとえのきのみそ汁
牛乳 (3時) 中華おこわ	牛乳 (3時) 黒糖蒸しパン	牛乳 (3時) やきいも	牛乳 (3時) みかん (1/2) マンナビスケット(2)	牛乳 (3時) バナナ 新潟仕込み	お茶 おにぎり(2) いんげん(2) うす焼 (サラダ)
9日	10日	11日	12日	13日	14日
スポーツの日	カレーライス マカロニサラダ	お弁当	焼そば 鶏ときのこのスープ 牛乳 梨	うめごはん なすびの炒め煮 レバーの甘辛煮 小松菜と玉葱のみそ汁	運動会
	牛乳 (3時) ふのラスク	お茶 パイン缶詰 ヨーグルト	牛乳 (3時) ごまとチーズのケーキ	牛乳 (3時) ちぢみ	
16日	17日	18日	19日	20日	21日
代休	ロールパン クリームシチュー 胡瓜とキャベツの中華サラダ	お弁当	ミートスパゲティ ヨーグルトサラダ	麦ごはん さけの幽庵焼き 白菜と揚げの煮びたし 豆腐とわかめのみそ汁	ハヤシライス 大根の三色サラダ
	牛乳 (3時) 中華おこわ	牛乳 (3時) おからとコーンのスコーン	牛乳 (3時) みかん (1/2) マンナビスケット(2)	牛乳 (3時) 黒糖蒸しパン	お茶 ぱりんこ (2) 新潟仕込み (2)
23日	24日	25日	26日	27日	28日
カレーライス マカロニサラダ	うめごはん なすびの炒め煮 レバーの甘辛煮 小松菜と玉葱のみそ汁	焼そば 鶏ときのこのスープ 牛乳 梨	ピラフ レバニラ炒め 舞茸の豆乳スープ	ごはん かれいの煮付け 切干大根の煮物 さつま汁	ごはん 肉じゃが キャベツとえのきのみそ汁
牛乳 (3時) ふのラスク	牛乳 (3時) ちぢみ	牛乳 (3時) ごまとチーズのケーキ	牛乳 (3時) やきいも	お茶 パイン缶詰 ヨーグルト	お茶 おにぎり(2) いんげん(2) うす焼 (サラダ)
★30日	31日				
イエローパン パンプキンシチュー 胡瓜とトマトのサラダ ハロウィンクッキー	芋ごはん 韓国風の炒め物 むらも汁				
牛乳 (3時) ぼたぼた焼	牛乳 (3時) おからとコーンのスコーン				