

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前							1	牛乳	2	ぶどうジュース	3	麦茶
昼食							お月見うどん、鶏つくねの和風きんぴら包み焼き、ミニマト、お月見ゼリー		しらす御飯、けんちん汁、タラのパン粉焼き、お豆とさつま芋のサラダ		豚丼、みそ汁(もやし・麩)、みかんヨーグルト	
午後							鬼まんじゅう、麦茶		プリンアラモード		米粉のタルト、ヤクルト	
午前	5	麦茶	6	牛乳	7	スキムミルク	8	りんごジュース	9	麦茶	10	麦茶
昼食	御飯、ワタンスープ、マーボー茄子、ラーメンサラダ		ポークカレーライス、もやしときゅうりのマヨ醤油和え、ショア		さつま芋御飯、みそ汁(小松菜・白菜)、擬製豆腐、人参しりしり		御飯、みそ汁(切干し・しめじ)、骨まで食べるさんまの煮つけ、ピーマン炒め、柿		御飯(玄米)、みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ)、鶏のから揚げ、ごぼうとコーンのサラダ、チーズ		ブルコギ丼、わかめスープ、オレンジ	
午後	フレンチトースト、牛乳		豆腐入りお好み焼き、麦茶		塩焼きそば、麦茶		レーズン蒸しパン、牛乳		スノーボールクッキー、牛乳		プリン(カップ)、せんべい	
午前	12	スキムミルク	13	牛乳	14	麦茶	15	スキムミルク	16	麦茶	17	オレンジジュース
昼食	御飯、みそ汁(なめこ・豆腐)、ポークビーンズ、キャベツの塩昆布和え		親子丼、はるさめスープ、小松菜とツナのごま和え、オレンジ		御飯、みそ汁(かぶ・厚揚げ)、鶏肉の照り焼き、(添)ふかし芋、ひじきと大根の味噌マヨサラダ		焼きうどん、中華スープ、焼きぎょうざ		チキンライス、白菜スープ、白身魚のフライ、サラスバサラダ、バナナ		カレーライス、ゼリー	
午後	にゅうめん、麦茶		2色ゼリー、せんべい		秋の爽りケーキ、牛乳		みそ焼きおにぎり、おやつ昆布(以上児)、麦茶		焼きドーナッツ、牛乳		チーズ、せんべい、麦茶	
午前	19	麦茶	20	スキムミルク	21	牛乳	22	麦茶	23	スキムミルク	24	りんごジュース
昼食	御飯、みそ汁(玉ねぎ・豆腐)、あじの西京焼き、さつま芋と昆布の煮物、キウイフルーツ		きのこベーコンのナポリタン、ポトフ風スープ、コーンフレークのパリパリサラダ		御飯、芋煮汁、鮭の塩焼き、きゅうりとささみのサラダ		御飯、みそ汁(白菜・麩)、豚肉の生姜炒め、切干大根の和え物		塩ラーメン、ポテトサラダ、ぶどうゼリー		ハヤシライス、フルーツヨーグルト	
午後	ウインナーとチーズの蒸しパン、牛乳		フライドポテト、れんこんチップ、ヤクルト		パン格拉タン、麦茶		ソファールヨーグルト、ビスコ		コーンおにぎり、麦茶		甘食パン、牛乳	
午前	26	麦茶	27	牛乳	28	麦茶	29	スキムミルク	30	麦茶	31	飲むヨーグルト
昼食	御飯、きのこのスープ、ハンバーグ、(添)ブロッコリー、キャベツとりんごのサラダ		あぶ玉丼、すまし汁(豆腐・わかめ)、もやしとハムのナムル		御飯、みそ汁(ナス・玉ねぎ)、さばの竜田揚げ、ほうれん草のなめ草和え、グレープフルーツ		ごはん(麦入り)、みそ汁(豆腐・えのき)、豚肉の柳川風煮、マカロニサラダ、納豆		ハロウィンカレー、かぼちゃスープ、みかんヨーグルト		マーボー豆腐丼、中華スープ、バナナ	
午後	ケーキ、牛乳		オレンジ、さつまいもスティック(未満児)、中華ポテト(以上児)、カルピス		ピザトースト、牛乳		フルーチェ、せんべい		ハロウィンケーキ、牛乳		スティックパン、牛乳	

★ 今月のお誕生日 リクエストメニュー ★

★星組

- ちゃん(4日)しらす・ゆで卵・ぶどう
- くん(6日)カレーライス
- くん(10日)から揚げ・焼きそば・やきとり
- ちゃん(20日)フライドポテト・ラーメン・カレー

★月組

- くん(17日)魚フライ・ヨーグルト・さつま芋の天ぷら
- くん(23日)ラーメン・ポテト・アイス

★太陽組

- ちゃん(25日)ケーキ・ハンバーガー・枝豆
- くん(25日)ハンバーグ・ポテト・ヤクルト

今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	449	17.3	13	187	1.6
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	542	20.5	16	193	1.9
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。★材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。