

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日						
午前	<div style="text-align: center;">   </div>					1	麦茶					
昼食											カレーライス、ピーチヨーグルト、ヤクルト	
午後											クレープ、牛乳	
午前	3	4	5	6	7	8						
昼食	御飯、みそ汁(ほうれん草・麩)、チキンのパン粉焼き、にんじんサラダ、りんご	ナポリタン、野菜スープ、ぶどうゼリー	御飯、みそ汁(もやし・小ネギ)、揚げない竜田揚げ、納豆あえ	豚汁うどん、マセドアンサラダ、梨	御飯、十三夜すまし汁、鶏のから揚げ、ブロッコリーのごまマヨサラダ、柿	焼きそば、わかめスープ、お月見ゼリー						
午後	カルシウムトースト、牛乳		ソーファルヨーグルト、カミカミ昆布(以上児)		芋まんじゅう、牛乳		せんべい、ビスコ、ヤクルト					
午前	10	11	12	13	14	15						
昼食	 スポーツの日		御飯、みそ汁(舞茸・ねぎ)、ポークビーンズ、切干大根のサラダ	御飯、みそ汁(なめこ・ほうれん草)、あじの塩こうじ焼き、さつま芋と昆布の煮物、オレンジ	御飯、すまし汁(豆腐・万能ねぎ)、鶏肉のみそ漬け焼、和風ポテトサラダ、キウイフルーツ	マーボー豆腐丼、フルーツポンチ、型抜きチーズ						
午後	ミニたいやき、カルシウムせんべい、牛乳		塩焼きそば、麦茶		コーン蒸しパン、牛乳		フライドポテト、牛乳					
午前	17	18	19	20	21	22						
昼食	御飯、みそ汁(小松菜・生揚げ)、ハンバーグ、春雨サラダ	御飯、みそ汁(白菜・麩)、赤魚の煮付け、肉じゃが	ブルコギ丼、わかめとツナの和え物、寒天入りフルーツポンチ	ポークカレーライス、かぼちゃサラダ、ジョア	野菜たっぷり塩ラーメン、焼きぎょうざ、バナナ	パン(ホットドッグ、メロンパン)、ポトフ、バナナヨーグルト						
午後	二色ゼリー		ふかし芋、ビスケット、野菜ジュース		みかん缶ゼリー		五平餅、食べる小魚(以上児)、麦茶					
午前	24	25	26	27	28	29						
昼食	御飯、きのこスープ、コロック、カニカマと豆のサラダ、ヨーグルト	ごはん(麦入り)、みそ汁(さつま芋・玉ねぎ)、鶏肉のアングレースソース、カラフルサラダ	御飯、中華スープ、マーボー豆腐、もやしの中華風和え物、グレープフルーツ	わかめごはん、みそ汁(しめじ・じゃが芋)、アジの西京焼き、キャベツの塩昆布和え	焼きうどん、すまし汁(えのき・豆腐)、フルーツヨーグルト	豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、ゼリー						
午後	バナナ、クラッカー、ヤクルト		プリンアラモード		マシュマロおこし、食べる小魚(以上児)、牛乳		フルーチェ					
午前	31	<div style="text-align: center;">   </div>					31		麦茶			
昼食							焼きそば、まっくろくろすけおにぎり、かぼちゃスープ、ミートボールと野菜のトマト煮、型抜きチーズ					
午後							ハロウィンケーキ、牛乳					

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★

★星組

- さん(15日) フライドポテト、ラーメン、からあげ
- さん(26日) マーボー豆腐、ミートスパグティ、ハンバーグ
- さん(29日) うどん、野菜炒め、コーン

★太陽組

- さん(4日) ラーメン、からあげ、ケーキ
- さん(6日) ラーメン、うどん、くだもの
- さん(10日) ラーメン、からあげ、エビフライ
- さん(17日) ラーメン、なめこのみそ汁、ハンバーグ
- さん(20日) からあげ、フライドポテト、みかんの缶詰
- さん(23日) 塩ラーメン、シュークリーム、アイスクリーム
- さん(25日) からあげ、うどん、プリン

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	475	16.4	14.3	208	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	589	19.8	17.7	226	1.6
	目標値	560	22	18	260	1.6

※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。