



日	曜	副食	おやつ		離乳食	備考
			9時(未満児)	3時(共通)	中期・後期	
1	金	ビーフカレー 果物	食パン 牛乳	人参蒸しパン 牛乳	豆腐の鶏そぼろあんかけ じゃが芋のみそ汁	スプーン
2	土	パンの日	ウエハース 牛乳	お菓子 お茶	おじや,果物 鶏肉と野菜の煮物	白ご飯はいりません。
4	月	高野豆腐の卵とじ ほうれん草のごま和え	クラッカー 牛乳	オレンジマフィン 牛乳	豆腐のとろとろ煮 ポパイスープ	
5	火	アジのごま揚げ,枝豆,ミニトマト そうめん汁	ビスケット 牛乳	カリカリトースト 牛乳	白身魚と野菜のトロ煮 そうめん汁	
6	水	じゃがいものグラタン,にんじんの甘煮,果物 わかめスープ	ヨーグルト	ごまマフィン 牛乳	じゃがいもの煮物 わかめスープ	スプーン
7	木	和風ポトフ 大豆のかりかり揚げ,果物	ビスコ 牛乳	アイスクリーム	貝だくさんみそ汁 鶏肉と大豆の煮物	
8	金	すり身の天ぷら,ブロッコリー,果物 かき玉汁	せんべい 牛乳	豆腐ケーキ 牛乳	けんちん汁 煮魚	
9	土	肉入り野菜炒め たまごとコーンのスープ	バナナ	パン パッカルゴールド	野菜のとろとろ トマトスープ	
11	月	麻婆豆腐 ちくわのカレー揚げ,ブロッコリー	クラッカー 牛乳	ふかしいも お茶	麻婆豆腐 ポトフ	スプーン
12	火	おさかなナゲット,大根のサラダ,果物 パンブキンスープ	ビスケット 牛乳	チョコチップクッキー 牛乳	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃのみそ汁	
13	水	鶏肉の照り焼き,キャベツのおひたし,果物 吸い物	ヨーグルト	イチゴジャムケーキ 牛乳	野菜の鶏そぼろあん 豆腐の吸い物	
14	木	ちゃんぽん 胡瓜とパインの酢の物	ビスコ 牛乳	手作り黒糖まんじゅう お茶	マカロニのトロ煮 野菜スープ	
15	金	パインミルクハンバーグ,ブロッコリー,ミニトマト ベーコンと野菜のスープ	食パン 牛乳	ホットケーキ 牛乳	鶏だんごあんかけ トマトスープ	
16	土	ひじき入り厚焼き卵,枝豆 じゃがいものみそ汁	バナナ	パン ぶどうジュース	鶏肉とココロ野菜煮 じゃが芋のみそ汁	
18	月	鶏肉の香り焼き,ブロッコリー,ミニトマト 里芋のみそ汁	クラッカー 牛乳	おからボール 牛乳	けんちん汁 煮魚	
19	火	豆乳汁 にらエッグ,果物	ビスケット 牛乳	手作り肉まん お茶	相性汁 なすとひき肉の煮物	
20	水	白身魚のあんかけ レタススープ	ヨーグルト	トマトと豆乳の蒸しパン 牛乳	白身魚と野菜のトロトロ キャベツスープ	
21	木	お楽しみランチ	ビスコ 牛乳	ケーキ お茶	さつまいものおじや かぼちゃシチュー	スプーン
22	金	田舎風オムレツ,ビーフンサラダ きのこのみそ汁	せんべい 牛乳	プレーンマフィン 牛乳	肉じゃが 豆腐のみそ汁	
23	土	ミートソーススパゲッティ チーズサラダ	バナナ	パン リンゴジュース	スパゲッティのトマト煮 ココロ野菜スープ	
25	月	鶏肉と大根の煮物 納豆のマヨネーズ和え,果物	クラッカー 牛乳	パイン蒸しパン 牛乳	納豆と野菜のねばねば煮 大根のみそ汁	
26	火	卵とほうれん草のグラタン,ミニトマト,果物 コンソメスープ	ビスケット 牛乳	ベーコンピザマフィン 牛乳	ホワイトシチュー 野菜のコンソメ煮	スプーン
27	水	チキンカツ,スパゲッティサラダ,果物 わかめと油揚げのみそ汁	ヨーグルト	りんごゼリー	野菜の鶏そぼろ煮 なすのみそ汁	
28	木	鮭の塩焼き,もやしのごま和え,果物 吸い物	ビスコ 牛乳	パウンドケーキ 牛乳	白身魚のあんかけ 吸い物	
29	金	肉うどん 酢の物,果物	食パン 牛乳	フルーツヨーグルト	野菜うどん かぼちゃの柔らか煮	
30	土	クリームチーズシチュー ごぼうサラダ	バナナ	パン 野菜生活ジュース	野菜のクリーム煮 ポパイスープ	スプーン

給食だより

実りの秋、食欲の秋です。一年中で一番食べ物のおいしい季節です。

子供の頃から食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や

味覚形成にとっても重要なことです。食卓に旬の食材を取り入れてみてください。

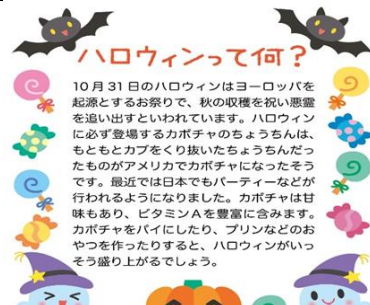
※10月より以上児さんの白ご飯は家庭より持参となります。

※2日はパンの日です。白ご飯はいりません。

※パンの日は、発注の関係で欠欠の確認をさせていただきます。

※21日はお楽しみランチです。全園児さん白ご飯はいりません。

※スプーンと記入がある日は以上児さんは準備をお願いします。



※いずれの日も離乳食は園で準備します。

