



10月 こんだてひょう



令和4年9月30日

荘原保育園

げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび		とようび	
											1 麩のラスク 午後 フルーツ
3 麦ごはん 豚肉のごま味噌焼き 春雨サラダ 高野豆腐煮 さつまいもの味噌汁		4 ごはん 魚のきのこ焼き 野菜の納豆和え 鶏肉入り味噌汁 梨		5 わかめごはん チキンカツ キャベツのじゃこ和え 粉ふき芋 豆腐の味噌汁		6 ごはん 魚の西京焼き 小松菜のおかか和え 干し大根のナポリタン風 なめこ汁		7 ドライカレー ツナわかめサラダ さつまいものオレンジ煮 ぶどう		8 3.4.5歳運動会 クッキー 午後 フルーツ 	
クッキー	ピピンパ風 ごはん	いりこ ビスケット	スイート ポテト	せんべい	りんごの ケーキ	梨	黒米 おにぎり	ゆで野菜	フルーツ ヨーグルト 豆乳丸パン		
10 スポーツの日 		11 小豆ごはん 鶏肉の照り焼き きゅうりの磯和え かぼちゃ煮 キャベツの味噌汁		12 秋刀魚焼き会 塩むすび 秋刀魚の炭火焼き (0.1歳=白身魚の照り焼き) 豚汁 梨		13 ミートスパゲッティ ツナコーンサラダ ジャーマンポテト りんご		14 ごはん 豚肉とキャベツの生姜焼き ごぼうサラダ 大根の昆布煮 豆腐のすまし汁		15 トースト 午後 フルーツ 	
		あられ	アーモンド トースト	バナナ	お好み焼き	麩の 黒糖スナック	小松菜と卵の チャーハン	茹で野菜	大学芋		
17 ハトムギごはん 魚の生姜焼き ブロッコリーのごま和え さつまいも煮 もやしの味噌汁		18 ゆかりごはん 肉じゃが りんごと柿の白和え 鯛団子汁 ミニトマト		19 ほし組味噌汁クッキング ごはん 魚の黄金焼き もやしのごま酢和え 大豆とひじき煮 大根の味噌汁		20 ごはん 鶏肉と大豆の煮物 大根サラダ きんぴらごぼう かぼちゃの味噌汁		21 豆乳丸パン 牛乳 お魚ハンバーグ ポテトサラダ れんこんのカレーソテー わかめスープ ぶどう		22 0.1.2歳親子活動 クラッカーサンド 午後 フルーツ 	
かりんとう	ごま昆布 おにぎり	昆布 ビスケット	煮豆 いりこ	クラッカー サンド	わらび餅	りんご	おから ボンデケーキ	ゆで野菜	ツナ芋 おにぎり		
24 麦ごはん タンドリーチキン風 さつまいもサラダ 大根とベーコン煮 青梗菜のスープ		25 ごはん ししゃものパン粉焼き (0.1歳=白身魚のパン粉焼き) 白菜とみかんの甘酢和え 大豆の五目煮 じゃが芋の味噌汁		26 手作り弁当の日 (お弁当の準備をお願いします) 		27 誕生会 チキンライス しゅうまい スパゲッティサラダ かぶ入りポトフ りんご		28 納豆ごはん 魚のりんごソース 根菜のごまドレ和え ブロッコリー きのこの味噌汁		29 ホットケーキ 午後 フルーツ 	
麩の青のり スナック	じゃこ入り 和風ピザ	干し芋	栗と小豆の 蒸しパン	じゃこ トースト	カルピス ゼリー 型抜きクッキー	バナナ	パースデー ケーキ	ふかし芋	きび団子		
31 ハトムギごはん クリスピーチキン 干し大根のナムル 豚肉とれんこん炒め キャベツスープ みかん		<div style="border: 2px dashed red; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">~ おしらせ ~</p> <p>○10/12(水) 秋刀魚焼き会 園庭で秋刀魚を炭火焼きしていただきますよ♪</p> <p>○10/26(水) 手作り弁当の日 手作り弁当の準備をお願いします。お弁当を持って園外へ出かけるクラスもあります。 まだ日中は気温が上がる日もありますので、傷まないようおかずにはしっかり火を入れ 冷めてから詰めてください。お弁当は保冷していただきますようお願いいたします。</p> </div>									
ブルーベリー	かぼちゃの ケーキ ビスケット										

* 献立は都合により変更することがあります。

* ほし・たいよう・つき組は午前中のおやつはありません。

* おやつは、ほぼ毎日全園児牛乳を飲んでいきます。

☆裏面にたのしくたべようニュースを載せています。ご覧下さい。