



10月 こんだてひょう



令和5年9月29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	
2 はとむぎごはん 魚のりんごソース スパゲッティサラダ 人参の甘煮 切干大根の味噌汁		3 ごはん 豚肉のさんが焼き 小松菜のお浸し れんこんきんぴら さつま汁		4 ごはん 魚のバターきのこ焼き ビーンズサラダ わかめの味噌汁 りんご		5 ふりかけごはん 鶏肉の磯焼き もやしナムル ジャーマンポテト キャベツの味噌汁		6 ごはん 大豆と鶏肉の煮物 ブロッコリー きんぴらごぼう じゃが芋の味噌汁		7 *土曜日は、 午前と午後にお茶と おやつ(フルーツ等) を用意します。 	
クラッカーの ジャムサンド	さつま芋の チーズ焼き	バナナ	おから ボンデケーキ	茹で野菜	ごまラスク (0.1歳児= ごまトースト)	りんご	小豆と栗の 蒸しパン	じゃこ トースト	鮭ごはん		
9 スポーツの日 		10 小豆ごはん 魚の西京焼き えのきの磯和え 高野豆腐煮 かぼちゃの豆乳味噌汁		11 ごはん キャベツと豚肉の生姜焼き 野菜の納豆和え 鰯の団子汁 梨		12 ごはん 魚のチーズ焼き かみかみ酢の物 豚肉とれんこん炒め さつま芋の味噌汁		13 ドライカレー 元気サラダ 粉ふき芋 バナナ		14 3.4.5歳運動会 	
		りんご	キャロット ケーキ	マカロニ	大学芋 きな粉	いりこ	炊き込み おにぎり	茹で野菜	ヨーグルト	ぶどうパン	
16 麦ごはん 魚の梅味噌焼き キャベツのごま和え かぼちゃ煮 豆腐の味噌汁		17 丸パン 牛乳 おからハンバーグ ポテトサラダ ごぼうのおかか煮 キャベツスープ		18 ごはん 魚の唐揚げ ひじきマリネ 切干大根のソース炒め かぶの味噌汁		19 わかめごはん レモンチキン コーンサラダ 根菜スープ りんご		20 手作り弁当の日 (お弁当の準備をお願いします) 		21 	
バナナ	小松菜の クラッカー	茹で野菜	牛しぐれ おにぎり	梨	かぼちゃの カップケーキ	昆布	米粉の お好み焼き	麩の黒糖 スナック	カルビスゼリー	レーズンクッキー	
23 はとむぎごはん 魚の味噌煮 青梗菜のおかか和え 切干大根と牛肉の炒め物 なめこ汁		24 3歳児親子活動 カレーライス マカロニとブロッコリーのサラダ さつま芋煮 みかん		25 誕生会 さつまいもごはん チキンごぼう ほうれん草のナムル 春雨スープ りんご		26 ごはん ししゃものパン粉焼き (0.1歳児=白身魚のパン粉焼き) きゅうりのゆかり和え 肉じゃが 麩の味噌汁		27 ごはん 豚肉のみりん醤油焼き 春雨の酢の物 大豆とひじき煮 大根の味噌汁		28 0.1.2歳親子活動 	
梨	塩むすび いりこ	ジャム トースト	フルーツ ポンチ クラッカー	バナナ	パースデー ケーキ	茹で野菜	きな粉 クッキー	りんご	五平もち		
30 麦ごはん 魚の蒲焼き かぼちゃのサラダ 大根とベーコン煮 青菜の味噌汁		31 和風スパゲッティ かぼちゃのココット ごぼうサラダ 梨		 <p>おしらせ</p> <p>20日(金) 手作り弁当の日</p> <p>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> 							
みかん	ピザトースト	ふかし芋	ツナ生姜 おにぎり								

* 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。