



10月 こんだてひょう



令和6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 ごはん 魚のりんごソースがけ ひじきの和え物 人参の甘煮 わかめの味噌汁	2 わかめごはん 鶏肉の照り焼き キャベツの海苔和え きのこの味噌汁 バナナ	3 ごはん 魚のカレー焼き 小松菜のお浸し れんこんのきんぴら 麩の味噌汁	4 きのこスパゲティ ひじきオムレツ キャベツのサラダ りんご	5 *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。
	麩の 黒糖スナック	きなこクッキー	あられ 大学芋	梨 じゃこ入り 和風ピザ	茹で野菜 切干大根 ごはん
7 はとむぎごはん 魚の西京焼き 切干大根のごま酢和え 高野豆腐煮 なめこ汁	8 梅ひじきごはん チキンカツ 青梗菜のおかか和え じゃがいもの味噌汁 梨	9 ごはん 豚肉のみりん醤油焼き コーンサラダ 大豆の五目煮 もやしの味噌汁	10 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 野菜の納豆和え きんぴらごぼう 青梗菜のスープ	11 ごはん 魚のバターきのこ焼き かぼちゃサラダ キャベツのツナ煮 卵スープ	12
バナナ 小松菜と 豚そぼろ ごはん	いりこ りんごケーキ ビスケット	チーズトースト フルーツ ヨーグルト	りんご ココア 蒸しパン	茹で野菜 ふかし芋	
14 スポーツの日 	15 手作り弁当の日 (お弁当の準備をお願いします) 	16 ハヤシライス 元気サラダ さつま芋の甘煮 りんご	17 ごはん 鶏肉の竜田揚げ 小松菜とひじきの和え物 切干大根煮 かぼちゃの味噌汁	18 ごはん 魚のごま照り焼き きゅうりの昆布和え 牛肉と野菜の炒め煮 春雨スープ	19
	干し芋 カルピスゼリー レーズンクッキー	茹で野菜 ピザトースト	クラッカーの ジャムサンド	バナナ マフィン	バナナ ごま昆布 おにぎり
21 はとむぎごはん 豚肉の生姜焼き えのきの磯和え 大根とベーコン煮 ごまスープ	22 さんま焼き会 塩おにぎり 秋刀魚焼き 豚汁 りんご	23 ロールパン 牛乳 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ ごぼうのおかか煮 レタススープ	24 誕生会 さつまいもごはん チキンごぼう 小松菜のじゃこ和え かき玉味噌汁 梨	25 ごはん 魚のかりかり焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃ煮 豆腐の味噌汁	26
マカロニきな粉 おから ボンデケーキ	芋けんぴ 米粉の お好み焼き	茹で野菜 ツナ生姜 おにぎり	かりんとう パースデー ケーキ	バナナ みたらし団子	
28 麦ごはん にら味噌つくね もやしナムル じゃがいもの煮ころがし 麩のすまし汁	29 ごはん ポークソテー マカロニサラダ 根菜ポトフ りんご	30 ごはん 魚の香草焼き 大根サラダ 豚肉とれんこん炒め さつまいもの味噌汁	31 ゆかりごはん 鶏肉と大豆の揚げ煮 キャベツの梅和え ひじき煮 大根の味噌汁	 15日(火) 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。	
昆布 ビスケット	わらびもち 茹で野菜 黒米 おにぎり	クッキー ヨーグルト ドーナツ	梨 スイート パンプキン		

* 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。