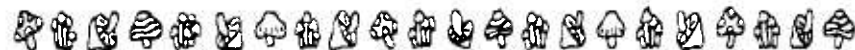




# 10月の予定献立表



月	火	水	木	金	土
2 鶏肉の香草パン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁 オレンジ 和風スパゲティ	3 魚のみそ煮 ごぼうと蓮根の金平 すまし汁 りんご メルティフレーク	4 炒り豆腐 野菜のごま和え 中華スープ バナナ フレンチトースト	5 石狩汁 キャベツのマリネ かえり 梨 セサミクッキー	6 南瓜とひき肉の卵焼き 花まめサラダ コンソメスープ ぶどう ごま団子	7 豚丼 もやしのみそ汁 バナナ おにぎり
9 <b>スポーツの日</b> 	10 麻婆豆腐 大根と柿のなます わかめスープ パイ チョコチップスコーン	11 カニカマ入り卵焼き ツナとわかめのコマ炒め 野菜スープ りんご ビーフン	12 レバーのマリアナソース 小松菜の胡麻和え みそ汁 キウイ わかめチーズおにぎり	13 魚ミンチと野菜の握り焼き キャベツとコーンの和え物 すまし汁 オレンジ 抹茶蒸しパン	14 高菜ピラフ わかめスープ バナナ おにぎり
16 千りコンカン フロッコリーのホットサラダ 卵スープ 梨 ほうれん草団子	17 魚のもみじ焼き 大根のそぼろ煮 みそ汁 パイ 秋ご飯	18 炒り卵の中華あんかけ 野菜のオーロラソース すまし汁 バナナ 小豆クッキー	19 ハンバーグきのこソースかけ コールスローサラダ コンソメスープ ぶどう ピザトースト	20 回鍋肉 小松菜と厚揚げの煮物 中華スープ りんご バイクドポテト	21 ちゃんぽん ゆで卵 バナナ おにぎり
23 魚のホイル蒸し 野菜の納豆和え すまし汁 バナナ わにがめもち	24 タンドリーチキン チンゲン菜の和え物 野菜スープ 粉吹き芋 キウイ パンフキンバイ	25 すき焼き風 ほうれん草のおかか和え みそ汁 オレンジ 米粉のマドレーヌ	26 <b>小運動会</b>  お弁当 ゼリー	27 秋野菜のカレーライス 大根の塩昆布和え ししゃも パイ 梨とりんごのヨーグルトかけ	28 <b>運動会</b> 
30 魚の塩こうじ焼き ひじきの炒め煮 みそ汁 焼き南瓜 梨 牛乳もち	31 <b>お誕生日会</b>  お楽しみに〜♡	<div>  <div> <p>＊ ＊ 10月の旬の食材 ＊ ＊</p> <p>さつまいも 南瓜 里芋 じゃが芋 人参 きのことしいたけ エリンギ 梨 柿 栗 かぼす さんま 鮭</p> </div>  </div>			



\* 入荷の都合により献立が変更になることがあります。ご了承をお願いします。