



平成30年 10月 献立表



月	火	水	木	金
1 白ライス エビフライ ホコーロー ブロッコリーのごま和え 中華ポテト みそ汁(わかめ 豆腐 玉ねぎ)	2 白ライス まるごとさんま煮 中華春巻き 筍のそぼろ煮 ミニゼリー(ストロベリー) 味噌汁(ひらたけ えのき)	3 白ライス 白身魚のフライ ミニグラタン 大根ツナ煮 フルーツ(みかん) みそ汁(キャベツ わかめ コーン)	4 白ライス 肉じゃが ミニトマト さばの照り焼き メープルプチケーキ みそ汁(小松菜 人参)	5 <b>運動会準備のため 半日保育 2号のみ給食提供</b>
8  <b>体育の日</b>	9 <b>運動会代休のため 希望保育 (2号のみ給食提供)</b>	10 白ライス ハムステーキ コーン炒め ゼリー(青りんご) みそ汁(キャベツ 玉ねぎ えのき)	11 キャラメルローフ 肉団子 ウインナードック こんにやくとおかかの炒り煮 りんご 野菜スープ・牛乳 	12 白ライス 白身魚のケチャップソースかけ おさつスナック 五目豆 フルーツ(みかん) 味噌汁(玉ねぎ ひらたけ 山菜ミックス)
15 ふりかけごはん(やさい) 豚肉のケチャップ炒め 焼きとうもろこし れんこんのサラダ フルーツ(もも) みそ汁(玉ねぎ わかめ 豆腐)	16 白ライス ハンバーグケチャップソース ポテト 人参グラッセ フルーツ(りんご) 味噌汁(小松菜 ひらたけ 玉ねぎ)	17 おむすび (わかめ 鮭) 豚汁 ゼリー(ストロベリー)	18 おかかごはん 赤魚の磯辺揚げ アスパラ炒め ジャーマンポテト ショコラプチケーキ 味噌汁(大根 人参 油揚げ)	19 <b>弁当の日</b> 
22 白ライス チキンのトマト煮 フリッター(エビ) パンプキンサラダ りんご 味噌汁(キャベツ 豆腐 わかめ)	23 鶏そぼろごはん 揚げだし豆腐の野菜あんかけ 鮭の塩焼き フルーツ(もも) 味噌汁(小松菜 人参 油揚げ)	24 わかめごはん チキンナゲットケチャップかけ こんにやくと挽肉の炒め物 ツナサラダ フルーツ(パイン) 野菜スープ	25 白ライス さばのかば焼き きんぴらごぼう たこウイナー りんごの三角包み揚げ みそ汁(玉ねぎ 豆腐 油揚げ)	26 白ライス チキンカレー 肉にら炒め 春雨サラダ ゼリー(青りんご) 野菜スープ 
29 白ライス 鶏肉の照り焼き おさつスナック れんこんと竹輪の炒め物 フルーツ(みかん) 味噌汁(ひらたけ えのき には)	30 白ライス さばの竜田揚げ しゅうまい ブロッコリー塩茹で ミニゼリー(ストロベリー) 味噌汁(豆腐 わかめ 油揚げ)	31 白ライス マーボー春雨 いかフライ 蒸し鶏のサラダ フルーツ(もも) 味噌汁(小松菜 人参 筍)		