

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日																										
午前			☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 		1		ドリンクヨーグルト		2		牛乳																										
昼食					ご飯 鶏肉のトマト煮 切干大根と凍り豆腐の煮物 キャベツのスープ りんご		きのこご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨		3		麦茶 ぱりんこ(のり塩)																										
午後					牛乳 蒸し芋		牛乳 ぼたぼた焼き		麦茶 星たべよ																												
午前	5	牛乳	6	麦茶 うすやきせんべい	7	牛乳	8	りんごジュース	9	牛乳	10	麦茶 ソフトサラダ																									
昼食	ご飯 レトルトカレー わかめスープ みかん缶		ビビンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 キウイフルーツ		秋野菜のナポリタン ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご		ご飯 豚肉の生姜焼き きゅうりともやしの酢の物 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ		ご飯 さわらのカレー焼き じゃが芋炒め わかめスープ 梨		納豆とり丼 ほうれん草のツナ和え もやしのみそ汁 バナナ																										
午後	牛乳 味しらべ		牛乳 ソフトサラダ		麦茶 おかかチーズおにぎり		牛乳 白い風船		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		麦茶 ぼたぼた焼き																										
午前	12		13	麦茶 ぱりんこ(のり塩)	14	牛乳	15	オレンジジュース	16	牛乳	17	麦茶 ぱりんこ(のり塩)																									
昼食			ご飯 さばのみそ煮 卵の花 さつま芋のみそ汁 みかん缶		三色どんぶり (鶏ひき肉・ほうれん草・人参) ツナとブロッコリーの和え物 すまし汁(じゃが芋・しめじ) 柿		さつま芋御飯 たらのおろし煮 にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ		ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ グレープフルーツ		ご飯 ツナじゃが 小松菜の納豆あえ 豆腐のみそ汁 バナナ																										
午後			牛乳 星たべよ		牛乳 ぼたぼた焼き		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		牛乳 じゃこマヨトースト		麦茶 星たべよ																										
午前	19	牛乳	20	麦茶 うすやきせんべい	21	牛乳	22	ぶどうジュース	23	牛乳	24	麦茶 ソフトサラダ																									
昼食	ピーンズライス 豆腐スープ(にら) オレンジ		子ぎつねご飯 たらのもみじあんかけ 小松菜としめじのお浸し 大学かぼちゃ 白菜とベーコンの味噌スープ りんご		ご飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみそ汁 グレープフルーツ		ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ		きつねうどん ほうれん草とツナのごま和え りんご		ひじきチャーハン わかめスープ バナナ																										
午後	牛乳 ソフトサラダ		牛乳 味しらべ		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		牛乳 きな粉ラスク		麦茶 そぼろおにぎり		麦茶 ぼたぼた焼き																										
午前	26	牛乳	27	麦茶 ぱりんこ(のり塩)	28	牛乳	29	麦茶 星たべよ	30	牛乳	31	麦茶 ぱりんこ(のり塩)																									
昼食	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みそ汁(もやし・人参・わかめ) バナナ		ご飯 カレー肉じゃが かぼちゃの甘煮 みそスープ(もやし・にら) オレンジ		ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご		ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみそ汁 キウイフルーツ		米粉パン かぼちゃシチュー(米粉) ブロッコリーとハムサラダ もも缶(黄桃)		あんかけうどん キャベツのサラダ バナナ																										
午後	牛乳 味しらべ		麦茶 しらすおにぎり		牛乳 ぼたぼた焼き		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		牛乳 白い風船		麦茶 星たべよ																										
	☆今月の食育レシピは、「子ぎつねご飯」です。なぜかという、神社でキツネは神さまの使いで「お稲荷さん」と呼ばれています。そのキツネさんの大好物は油揚げなのです。その油揚げを人参と細かく切って混ぜてご飯にしました。おかずにはお魚を香ばしく焼いて、人参の紅葉(もみじ)色のあんをかけました。こぎつねになったつもりで食べてみてくださいね。 ☆5日は避難訓練のため、非常食対応です。 ☆20日は食育の日です。 																																				
	<table><tr><th></th><th>エネルギー kcal</th><th>タンパク g</th><th>脂質 g</th><th>食塩 g</th></tr><tr><td>3才以上児</td><td>459</td><td>17.8</td><td>12.6</td><td>1.4</td></tr><tr><td>目標量</td><td>508</td><td>20.3</td><td>14.1</td><td>1.4</td></tr><tr><td>3才未満児</td><td>420</td><td>16.2</td><td>12.4</td><td>1.3</td></tr><tr><td>目標量</td><td>464</td><td>18.6</td><td>12.9</td><td>1.4</td></tr></table>													エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g	3才以上児	459	17.8	12.6	1.4	目標量	508	20.3	14.1	1.4	3才未満児	420	16.2	12.4	1.3	目標量	464	18.6	12.9	1.4
	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g																																	
3才以上児	459	17.8	12.6	1.4																																	
目標量	508	20.3	14.1	1.4																																	
3才未満児	420	16.2	12.4	1.3																																	
目標量	464	18.6	12.9	1.4																																	

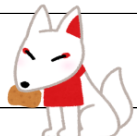


	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 			1 ドリンクヨーグルト	2 牛乳	3 麦茶 ハイハイ
昼食				軟飯 鶏肉のトマト煮 切干大根と凍り豆腐の煮物 キャベツのスープ りんご	きのこご飯(軟飯) さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨	チキンライス(軟飯) じゃがいものスープ バナナ
午後				牛乳 蒸し芋	牛乳 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
午前	5 牛乳	6 麦茶 小魚せんべい	7 牛乳	8 りんごジュース	9 牛乳	10 麦茶 小魚せんべい
昼食	ベビーフード(12か月～) (洋風お子様ランチ) バナナ	ビビンバ(軟飯) 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご	軟飯 豚肉の生姜焼き きゅうりともやしの酢の物 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	軟飯 さわらのカレー焼き じゃが芋炒め わかめスープ 梨	納豆とり丼(軟飯) ほうれん草のツナ和え もやしのみそ汁 バナナ
午後	牛乳 やさいかぞく	牛乳 ハイハイ	麦茶 おかかチーズおにぎり	牛乳 小魚せんべい	牛乳 やさいかぞく	麦茶 ハイハイ
午前	12	13 麦茶 やさいかぞく	14 牛乳	15 オレンジジュース	16 牛乳	17 麦茶 ハイハイ
昼食	 スポーツの日	軟飯 さばのみそ煮 ひじきの煮物 さつまいものみそ汁 オレンジ	三色とんぶり(軟飯) ツナとブロッコリーの和え物 じゃがいものすまし汁 バナナ	さつま芋御飯(軟飯) たらのおろし煮 にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	軟飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ グレープフルーツ	軟飯 ツナじゃが 小松菜の納豆あえ 豆腐のみそ汁 バナナ
午後		牛乳 小魚せんべい	牛乳 やさいかぞく	牛乳 小魚せんべい	牛乳 じゃこマヨトースト	麦茶 やさいかぞく
午前	19 牛乳	20 麦茶 やさいかぞく	21 牛乳	22 ぶどうジュース	23 牛乳	24 麦茶 小魚せんべい
昼食	ビーンズライス(軟飯) 豆腐スープ オレンジ	子ぎつねご飯(軟飯) たらのもみじあんかけ 小松菜としめじのお浸し 大学かぼちゃ 白菜とベーコンの味噌スープ りんご	軟飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみそ汁 グレープフルーツ	軟飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ	きつねうどん ほうれん草とツナのごま和え りんご	ひじきチャーハン(軟飯) わかめスープ バナナ
午後	牛乳 小魚せんべい	牛乳 ハイハイ	牛乳 小魚せんべい	牛乳 きな粉ラスク	麦茶 そぼろおにぎり	麦茶 ハイハイ
午前	26 牛乳	27 麦茶 やさいかぞく	28 牛乳	29 麦茶 ハイハイ	30 牛乳	31 麦茶 ハイハイ
昼食	軟飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みそ汁(もやし・人参・わか) バナナ	軟飯 カレー肉じゃが かぼちゃの甘煮 みそスープ(もやし・にら) オレンジ	軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のみそ汁 りんご	軟飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみそ汁 キウイフルーツ	パン粥 かぼちゃシチュー(米粉) ブロッコリーとハムサラダ オレンジ	野菜うどん じゃがいものスープ バナナ
午後	牛乳 ハイハイ	麦茶 しらすおにぎり	牛乳 小魚せんべい	牛乳 やさいかぞく	牛乳 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
	☆今月の食育レシビは、「子ぎつねご飯」です。なぜかという、神社でキツネは神さまの使いで「お稲荷さん」と呼ばれています。そのキツネさんの大好物は 油揚げ なのです。 その油揚げを人参と細かく切って混ぜてご飯にしました。おかずにはお魚を香ばしく焼いて、人参の紅葉(もみじ)色のあんをかけました。 こぎつねになったつもりで食べてみてくださいね。 ☆5日は避難訓練のため、非常食対応です。 ☆20日は食育の日です。					 

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 麦茶 ハイハイ	2 麦茶 ヨーグルト	3 麦茶 ハイハイ
昼食	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。			5倍粥 鶏肉のトマト煮 きのこスープ りんご ミルク	5倍粥 さけとさつま芋のだし煮 わかめのすまし汁 梨 ミルク	5倍粥 鶏ひき肉の野菜煮 じゃがいものスープ バナナ ミルク
午後				麦茶 さつまいもマッシュ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
午前	5 麦茶 ヨーグルト	6 麦茶 小魚せんべい	7 麦茶 ヨーグルト	8 麦茶 ハイハイ	9 麦茶 ヨーグルト	10 麦茶 小魚せんべい
昼食	ベビーフード(9か月～) (筑前煮弁当) バナナ ミルク	5倍粥 ささみの野菜とろみ煮 えのきのスープ オレンジ ミルク	和風野菜パスタ かぶのスープ りんご ミルク	5倍粥 そばろ煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ ミルク	5倍粥 さけのしょうゆ煮 わかめスープ(コーン) 梨 ミルク	5倍粥 納豆そばろ炒め もやしのみそ汁 バナナ ミルク
午後	麦茶 やさいかぞく	麦茶 ハイハイ	麦茶 おかか粥	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 ハイハイ
午前	12	13 麦茶 やさいかぞく	14 麦茶 ヨーグルト	15 麦茶 ハイハイ	16 麦茶 ヨーグルト	17 麦茶 ハイハイ
昼食	 スポーツの日	5倍粥 さけと野菜の煮物 さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 そばろ煮 すまし汁(じゃが芋) バナナ ミルク	さつま芋御飯(5倍粥) だらのおろし煮 えのきのすまし汁 バナナ ミルク	5倍粥 鶏肉のみそ煮 豆腐スープ りんご ミルク	5倍粥 ツナじゃが もやしのみそ汁 バナナ ミルク
午後		麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 小魚せんべい	麦茶 和風パン粥	麦茶 やさいかぞく
午前	19 麦茶 ヨーグルト	20 麦茶 やさいかぞく	21 麦茶 ヨーグルト	22 麦茶 ハイハイ	23 麦茶 ヨーグルト	24 麦茶 小魚せんべい
昼食	5倍粥 ポトフ 人参のすまし汁 オレンジ ミルク	5倍粥 たらのもみじあんかけ かぼちゃ煮 白菜の味噌スープ りんご ミルク	5倍粥 鮭の野菜煮 豆腐みそ汁(なめこ) 梨 ミルク	5倍粥 鶏ささみのうま煮 おくらスープ バナナ ミルク	野菜うどん ほうれん草のあえ物 オレンジ ミルク	5倍粥 しらすと野菜のとろみ煮 わかめスープ バナナ ミルク
午後	麦茶 小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 きなこパン粥	麦茶 そばろ粥	麦茶 ハイハイ
午前	26 麦茶 ヨーグルト	27 麦茶 やさいかぞく	28 麦茶 ヨーグルト	29 麦茶 ハイハイ	30 麦茶 ヨーグルト	31 麦茶 ハイハイ
昼食	5倍粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁(もやし・人参・わかめ) バナナ ミルク	5倍粥 鶏じゃが かぼちゃのスープ オレンジ ミルク	5倍粥 鮭のもみじあんかけ煮 白菜のすまし汁 りんご ミルク	5倍粥 豚肉のすき焼き風煮物 かぶのみそ汁 バナナ ミルク	パン粥 かぼちゃのシチュー ブロッコリーのおかか煮 オレンジ ミルク	あんかけうどん キャベツのサラダ バナナ
午後	麦茶 ハイハイ	麦茶 しらす粥	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
	☆今月の食育レシピは、「タラのもみじあんかけ」で、タラに人参の紅葉(もみじ)色のあんをかけました。秋色がすてきな一品です。 ☆5日は避難訓練のため、非常食対応です。 ☆20日は食育の日です。					

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 麦茶 ハイハイ	2 麦茶 ヨーグルト	3 麦茶 ハイハイ
昼食	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。			7倍粥 鶏ささみトマト煮 コンソメスープ りんご ミルク	7倍粥 さけとさつま芋のだし煮 野菜のすまし汁 梨 ミルク	7倍粥 鶏ひき肉の野菜煮 じゃがいものスープ バナナ ミルク
午後				麦茶 さつまいもマッシュ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
午前	5 麦茶 ヨーグルト	6 麦茶 やさいかぞく	7 麦茶 ヨーグルト	8 麦茶 ハイハイ	9 麦茶 ヨーグルト	10 麦茶 小魚せんべい
昼食	ベビーフード(7か月～) (洋風ベビーランチ) バナナ ミルク	7倍粥 ささみの野菜とろみ煮 たまねぎと豆腐のすまし汁 オレンジ ミルク	和風野菜パスタ かぶのスープ りんご ミルク	7倍粥 そぼろ煮 豆腐のみそ汁 バナナ ミルク	7倍粥 さけ煮 じゃがいものすまし汁 梨 ミルク	7倍粥 納豆そぼろ炒め もやしのみそ汁 バナナ ミルク
午後	麦茶 やさいかぞく	麦茶 ハイハイ	麦茶 おかか粥	麦茶 ハイハイ	麦茶 やさいかぞく	麦茶 ハイハイ
午前	12	13 麦茶 やさいかぞく	14 麦茶 ヨーグルト	15 麦茶 ハイハイ	16 麦茶 ヨーグルト	17 麦茶 小魚せんべい
昼食	 スポーツの日	7倍粥 さけと野菜の煮物 さつまいものすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 そぼろ煮 すまし汁(じゃが芋) バナナ ミルク	7倍粥 さけ煮野菜のすまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 鶏肉のうま煮 豆腐スープ りんご ミルク	ご飯 ツナじゃが 小松菜の納豆あえ 豆腐のみそ汁 バナナ
午後		麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 小魚せんべい
午前	19 麦茶 ヨーグルト	20 麦茶 やさいかぞく	21 麦茶 ヨーグルト	22 麦茶 ハイハイ	23 麦茶 ヨーグルト	24 麦茶 ひじきせんべい
昼食	7倍粥 ポトフ 人参のすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 たらのもみじあんかけ かぼちゃ煮 白菜の味噌スープ りんご ミルク	7倍粥 鮭の野菜煮 大根のすまし汁 梨 ミルク	7倍粥 鶏ささみのうま煮 おくらスープ バナナ ミルク	うどん ほうれんそうの和え物 オレンジ ミルク	7倍粥 しらすと野菜のとろみ煮 にんじんのスープ バナナ ミルク
午後	麦茶 小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 ぎなこパン粥	麦茶 おかか粥	麦茶 ハイハイ
午前	26 麦茶 ヨーグルト	27 麦茶 やさいかぞく	28 麦茶 ヨーグルト	29 麦茶 ハイハイ	30 麦茶 ヨーグルト	31 麦茶 ハイハイ
昼食	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 すまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 鶏じゃが かぼちゃのスープ オレンジ ミルク	7倍粥 さけのだし煮 はくさいのすまし汁 りんご ミルク	7倍粥 鶏ささみと人参の出汁煮 かぶのすまし汁 バナナ ミルク	パン粥 かぼちゃのシチュー ブロッコリーのおかか煮 オレンジ ミルク	野菜うどん キャベツの煮物 バナナ
午後	麦茶 ハイハイ	麦茶 しらす粥	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
	  ☆今月の食育レシピは、「タラのもみじあんかけ」で、タラに人参の紅葉(もみじ)色のあんをかけました。秋色がすてきな一品です。 ☆5日は避難訓練のため、非常食対応です。 ☆20日は食育の日です。					

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 ドリンクヨーグルト	2 牛乳	3 麦茶 ばりんこ(のり塩)
昼食	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。			ご飯 鶏肉のトマト煮 切干大根と凍り豆腐の煮物 キャベツのスープ りんご	きのこご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨	チキンライス じゃがいものスープ バナナ
午後				牛乳 蒸し芋	牛乳 ぼたぼた焼き	麦茶 星たべよ
午前	5 牛乳	6 麦茶 うすやきせんべい	7 牛乳	8 りんごジュース	9 牛乳	10 麦茶 ソフトサラダ
昼食	ご飯 レトルトカレー わかめスープ みかん缶	ビビンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご	ご飯 豚肉の生姜焼き きゅうりともやしの酢の物 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	ご飯 さわらのカレー焼き じゃが芋炒め わかめスープ 梨	納豆とり丼 ほうれん草のツナ和え もやしのみそ汁 バナナ
午後	牛乳 味しらべ	牛乳 ソフトサラダ	麦茶 おかかチーズおにぎり	牛乳 白い風船	牛乳 ばりんこ(のり塩)	麦茶 ぼたぼた焼き
午前	12	13 麦茶 ばりんこ(のり塩)	14 牛乳	15 オレンジジュース	16 牛乳	17 麦茶 ばりんこ(のり塩)
昼食	 スポーツの日	ご飯 さばのみそ煮 卵の花 さつまいものみそ汁 みかん缶	三色どんぶり (鶏ひき肉・ほうれん草・人参) ツナとブロッコリーの和え物 すまし汁(じゃが芋・しめじ) 柿	さつま芋御飯 たらのおろし煮 にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ グレープフルーツ	ご飯 ツナじゃが 小松菜の納豆あえ 豆腐のみそ汁 バナナ
午後		牛乳 星たべよ	牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳 ばりんこ(のり塩)	牛乳 じゃこマヨトースト	麦茶 星たべよ
午前	19 牛乳	20 麦茶 うすやきせんべい	21 牛乳	22 ぶどうジュース	23 牛乳	24 麦茶 ソフトサラダ
昼食	ビーンズライス 豆腐スープ(にら) オレンジ	子ぎつねご飯 たらのもみじあんかけ 小松菜としめじのお浸し 大学かぼちゃ 白菜とベーコンの味噌スープ りんご	ご飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみそ汁 グレープフルーツ	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ	きつねうどん ほうれん草とツナのごま和え りんご	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ
午後	牛乳 ソフトサラダ	牛乳 味しらべ	牛乳 ばりんこ(のり塩)	牛乳 きな粉ラスク	麦茶 そぼろおにぎり	麦茶 ぼたぼた焼き
午前	26 牛乳	27 麦茶 ばりんこ(のり塩)	28 牛乳	29 麦茶 星たべよ	30 牛乳	31 麦茶 ばりんこ(のり塩)
昼食	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みそ汁(もやし・人参・わか) バナナ	ご飯 カレー肉じゃが かぼちゃの甘煮 みそスープ(もやし・にら) オレンジ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ かぶのみそ汁 白菜のすまし汁 りんご	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみそ汁 キウイフルーツ	米粉パン かぼちゃシチュー(米粉) ブロッコリーとハムサラダ もも缶(黄桃)	あんかけうどん キャベツのサラダ バナナ
午後	牛乳 味しらべ	麦茶 しらすおにぎり	牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳 ばりんこ(のり塩)	牛乳 白い風船	麦茶 星たべよ
	☆今月の食育レシピは、「子ぎつねご飯」です。なぜかという、神社でキツネは神さまの使いで「お稲荷さん」と呼ばれています。そのキツネさんの大好物は油揚げなのです。 その油揚げを人参と細かく切って混ぜてご飯にしました。おかずにはお魚を香ばしく焼いて、人参の紅葉(もみじ)色のあんをかけました。 こぎつねになったつもりで食べてみてくださいね。 ☆5日は避難訓練のため、非常食対応です。 ☆20日は食育の日です。					 

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日				
午前							1	ドリンクヨーグルト	2	牛乳	3	麦茶 ぱりんこ(のり塩)			
昼食	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。						ご飯 鶏肉のトマト煮 切干大根と凍り豆腐の煮物 キャベツのスープ りんご		きのこご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨		チキンライス じゃがいものスープ バナナ				
午後							牛乳 蒸し芋		牛乳 ぼたぼた焼き		麦茶 星たべよ				
午前	5	牛乳	6	麦茶 うすやきせんべい	7	牛乳	8	りんごジュース	9	牛乳	10	麦茶 ソフトサラダ			
昼食	ご飯 レトルトカレー わかめスープ みかん缶		ピビンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 キウイフルーツ		秋野菜のナポリタン(米粉麺) ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご		ご飯 豚肉の生姜焼き きゅうりともやしの酢の物 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ		ご飯 さわらのカレー焼き じゃが芋炒め わかめスープ 梨		納豆とり丼 ほうれん草のツナ和え もやしのみそ汁 バナナ				
午後	牛乳 味しらべ		牛乳 ソフトサラダ		麦茶 おかかチーズおにぎり		牛乳 白い風船		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		麦茶 ぼたぼた焼き				
午前	12		13	麦茶 ぱりんこ(のり塩)	14	牛乳	15	オレンジジュース	16	牛乳	17	麦茶 ぱりんこ(のり塩)			
昼食			ご飯 さばのみそ煮 卵の花 さつま芋のみそ汁 みかん缶		三色どんぶり (鶏ひき肉・ほうれん草・人参) ツナとブロッコリーの和え物 すまし汁(じゃが芋・しめじ) 柿		さつま芋御飯 たらのおろし煮 にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ		ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ グレープフルーツ		ご飯 ツナじゃが 小松菜の納豆あえ 豆腐のみそ汁 バナナ				
午後	牛乳 星食べよ		牛乳 ソフトサラダ		牛乳 ぼたぼた焼き		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		牛乳 じゃこマヨトースト		麦茶 星食べよ				
午前	19	牛乳	20	麦茶 うすやきせんべい	21	牛乳	22	ぶどうジュース	23	牛乳	24	麦茶 ソフトサラダ			
昼食	ピーンズライス 豆腐スープ(にら) オレンジ		子ぎつねご飯 だらのもみじあんかけ 小松菜としめじのお浸し 大学がぼちゃ 白菜とベーコンの味噌スープ りんご		ご飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみそ汁 グレープフルーツ		ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ		きつねうどん(米粉麺) ほうれん草とツナのごま和え りんご		ひじきチャーハン わかめスープ バナナ				
午後	牛乳 ソフトサラダ		牛乳 味しらべ		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		牛乳 きな粉ラスク		麦茶 そぼろおにぎり		麦茶 ぼたぼた焼き				
午前	26	牛乳	27	麦茶 ぱりんこ(のり塩)	28	牛乳	29	麦茶 星たべよ	30	牛乳	31	麦茶 ぱりんこ(のり塩)			
昼食	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みそ汁(もやし・人参・わかめ) バナナ		ご飯 カレー肉じゃが かぼちゃの甘煮 みそスープ(もやし・にら) オレンジ		ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご		ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみそ汁 キウイフルーツ		米粉パン かぼちゃシチュー(米粉) ブロッコリーとハムサラダ もも缶(黄桃)		あんかけうどん キャベツのサラダ バナナ				
午後	牛乳 味しらべ		麦茶 しらすおにぎり		牛乳 ぼたぼた焼き		牛乳 ぱりんこ(のり塩)		牛乳 白い風船		麦茶 星たべよ				
	☆今月の食育レシビは、「子ぎつねご飯」です。なぜかという、神社でキツネは神さまの使いで「お稲荷さん」と呼ばれています。そのキツネさんの大好物は油揚げなのです。 その油揚げを人参と細かく切って混ぜてご飯にしました。おかずにはお魚を香ばしく焼いて、人参の紅葉(もみじ)色のあんをかけました。 子ぎつねになったつもりで食べてみてくださいね。 ☆5日は避難訓練のため、非常食対応です。 ☆20日は食育の日です。														



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 麦茶 ハイハイ	2 麦茶 ヨーグルト	3 麦茶 ハイハイ
昼食	☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。			5倍粥 鶏肉のトマト煮 きのこスープ りんご	5倍粥 さけとさつまいものだし煮 わかめのすまし汁 梨	5倍粥 鶏ひき肉の野菜煮 じゃがいものスープ バナナ
午後				麦茶 さつまいもマッシュ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
午前	5 麦茶 ヨーグルト	6 麦茶 小魚せんべい	7 麦茶 ヨーグルト	8 麦茶 ハイハイ	9 麦茶 ヨーグルト	10 麦茶 小魚せんべい
昼食	ベビーフード(9か月～) (筑前煮弁当) バナナ	5倍粥 ささみの野菜とろみ煮 えのきのスープ オレンジ	和風野菜パスタ かぶのスープ りんご	5倍粥 そぼろ煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	5倍粥 さけのしょうゆ煮 わかめスープ(コーン) なし	5倍粥 納豆そぼろ炒め もやしのみそ汁 バナナ
午後	麦茶 やさいかぞく	麦茶 ハイハイ	麦茶 おかか粥	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 ハイハイ
午前	12	13 麦茶 やさいかぞく	14 麦茶 ヨーグルト	15 麦茶 ハイハイ	16 麦茶 ヨーグルト	17 麦茶 ハイハイ
昼食	 スポーツの日	5倍粥 さけと野菜の煮物 さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ	5倍粥 そぼろ煮 すまし汁(じゃが芋) バナナ	さつまいも御飯(5倍粥) たらのおろし煮 えのきのすまし汁 バナナ	5倍粥 鶏肉のみそ煮 豆腐スープ りんご	5倍粥 ツナじゃが もやしのみそ汁 バナナ
午後		麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 小魚せんべい	麦茶 和風パン粥	麦茶 やさいかぞく
午前	19 麦茶 ヨーグルト	20 麦茶 やさいかぞく	21 麦茶 ヨーグルト	22 麦茶 ハイハイ	23 麦茶 ヨーグルト	24 麦茶 小魚せんべい
昼食	5倍粥 ポトフ 人参のすまし汁 オレンジ	5倍粥 たらのもみじあんかけ かぼちゃ煮 白菜の味噌スープ りんご	5倍粥 鮭の野菜煮 豆腐みそ汁(なめこ) 梨	5倍粥 鶏ささみのうま煮 おくらスープ バナナ	野菜うどん ほうれん草のあえ物 オレンジ	5倍粥 しらすと野菜のとろみ煮 わかめスープ バナナ
午後	麦茶 小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 きなこパン粥	麦茶 そぼろ粥	麦茶 ハイハイ
午前	26 麦茶 ヨーグルト	27 麦茶 やさいかぞく	28 麦茶 ヨーグルト	29 麦茶 ハイハイ	30 麦茶 ヨーグルト	31 麦茶 ハイハイ
昼食	5倍粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁(もやし・人参・わかめ) バナナ	5倍粥 鶏じゃが かぼちゃのスープ オレンジ	5倍粥 鮭のもみじあんかけ煮 白菜のすまし汁 りんご	5倍粥 豚肉のすき焼き風煮物 かぶのみそ汁 バナナ	パン粥 かぼちゃのシチュー ブロッコリーのおかか煮 オレンジ	あんかけうどん じゃがいものスープ バナナ
午後	麦茶 ハイハイ	麦茶 しらす粥	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく	麦茶 小魚せんべい	麦茶 やさいかぞく
	☆今月の食育レシピは、「タラのもみじあんかけ」で、タラに人参の紅葉(もみじ)色のおんをかけました。秋色がすてきな一品です。 ☆5日は避難訓練のため、非常食対応です。 ☆20日は食育の日です。 ☆ミルクはお昼と午後おやつに、個人に合わせて提供します。					