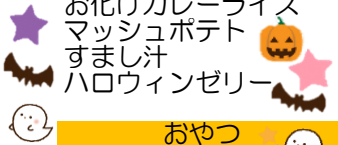




月	火	水	木	金	土
秋分も過ぎ、夕暮れが少しずつ早くなり、秋の風を感じるようになりました。しかし、インフルエンザなどの感染症も心配されています。生活習慣も気をつけていきましょう。 子供たちが健やかに、すくすく成長していくためには、規則正しい生活リズムと栄養バランスのとれた食事が大切です。 保育園でも旬の美味しい食材や、ハロウィンにちなんだカボチャカレーが登場してきます。楽しみにしててくださいね♪ 			1 昼食 ご飯 鮭のコーン焼き コロコロソデー 大根の味噌汁 パイン缶 おやつ ミルク ココアちんすこう	2 昼食 茄子スパゲティー 温野菜サラダ ニラのスープ オレンジ おやつ むぎちゃ くふうあじゅーしー	3 
5 昼食 納豆ご飯 ひじき炒め ちむしんじ パイン缶 おやつ ミルク きなこトースト	6 昼食 ご飯 ポークソテー 麩チャンプルー ちくわのすまし汁 オレンジ おやつ むぎちゃ もずくのひらやーちー	7 昼食 黒米ご飯 鯖のみそ煮 人参シリシリ しめじとエノキのみそ汁 パイン おやつ むぎちゃ 冷やしソーメン	8 昼食 ご飯 肉団子 春雨ナムル コーンスープ みかん おやつ ミルク ココアケーキ	9 昼食 パン 鮭のムニエル コールスロー 南瓜ポタージュ チーズ おやつ むぎちゃ わかめおにぎり	10 昼食 鶏照り焼き丼 オクラのおかか和え 豆腐の味噌汁 りんご おやつ ミルク マーブルケーキ
12  スポーツの日	13 昼食 ご飯 ハニーチキン ごまじゃこサラダ オニオンスープ ブルー おやつ ミルク オレンジゼリー ビスコ	14 昼食 ご飯 鮭のタンドリー風 チンジャオロース ちくわのすまし汁 パイン缶 おやつ ミルク ちりじゃこトースト	15 昼食 お誕生日会  (お弁当をお願いします) アンパンマンジュース レアチーズケーキ	16 昼食 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト おやつ むぎちゃ みそおにぎり	17 昼食 魚そぼろご飯 肉じゃが きのこのすまし汁 柿 おやつ ミルク 焼き芋
19 昼食 ご飯 麻婆豆腐 キャベツサラダ わかめスープ パイン缶 おやつ むぎちゃ 野菜スティック バナナ	20 昼食 ご飯 魚の照り焼き 五目大豆煮 豆苗の味噌汁 オレンジ おやつ ミルク 黒糖ケーキ	21 昼食 お魚ふりかけご飯 松風焼き フロコリーサラダ アーサ汁 パイン缶 おやつ ミルク もずくパン	22 昼食 ご飯 魚の甘酢あんかけ からし菜の和え物 なめこと豆腐のみそ汁 ブルー おやつ むぎちゃ 大学芋	23 昼食 ご飯 鶏の塩麹焼き グリーンサラダ はんぺんのすまし汁 パイン缶 おやつ ミルク コーンフレーク	24 昼食 ご飯 豚肉の生姜焼き じゃがいものみそ汁 わかめの和え物 梨 おやつ ミルク バナナ 丸ぼうろ
26 昼食 タコライス 小松菜の和え物 ビーンズスープ パイン缶 おやつ ミルク ゴマ小魚 ふむふむ	27 昼食 秋味ごはん 鮭のもみじ焼き 里芋のそぼろ煮 豆腐のすまし汁 オレンジ おやつ むぎちゃ ポーポー	28 昼食 三色丼 胡瓜のツナサラダ 麩のすまし汁 みかん おやつ ミルク ちんすこう	29 昼食 ご飯 赤魚の照り焼き もやしサラダ へちまのみそ汁 パイン缶 おやつ むぎちゃ 芋餅団子	30 昼食 お化けカレーライス マッシュポテト すまし汁 ハロウィンゼリー  おやつ ミルク 南瓜ボンデ・ドーナツ	31 昼食 ブルコギ丼 ごまじゃこサラダ アーサ汁 りんご おやつ ミルク カップケーキ

※ 材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※ 初めて食べる食材やアレルギーを起こすおそれがある食材が含まれると思われる場合は前もってご相談ください。

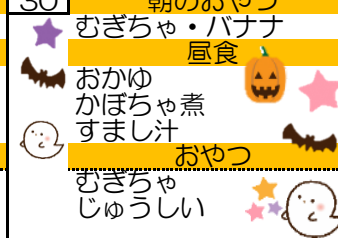
※ 朝ごはんはしっかり食べてから登園しましょう。

※ ホームページの食育にも掲載しています。



予定離乳食献立表



月	火	水	木	金	土
秋分も過ぎ、夕暮れが少しずつ早くなり、秋の風を感じるようになりました。しかし、インフルエンザなどの感染症も心配されています。生活習慣も気をつけていきましょう。 子供たちが健やかに、すくすく成長していくためには、規則正しい生活リズムと栄養バランスのとれた食事が大切です。 保育園でも旬の美味しい食材や、ハロウィンにちなんだカボチャカレーが登場していきます。楽しみにしていてくださいね♪ 			1 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 白身魚と野菜煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	2 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 南瓜そぼろ煮 人参スープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	3 
5 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 納豆粥 野菜炒め煮 大根スープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	6 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ きゃべつ炒め煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	7 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 胡瓜のコロコロ煮 たまねぎスープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	8 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ にんじんのそぼろ煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	9 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 魚と野菜煮 かぼちゃスープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	10 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ トマトそぼろ煮 豆腐のすまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい
12 	13 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 シラス粥 キャベツ煮 オニオンスープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	14 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 魚と野菜煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	15 朝のおやつ お誕生日会 アンパンマンジュース レアチーズケーキ  (お弁当をお願いします)	16 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 豆腐のだし煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	17 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 魚と野菜煮 にんじんスープ おやつ むぎちゃ じゅうしい
19 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 豆腐そぼろ煮 野菜スープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	20 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 魚と野菜煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	21 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 野菜そぼろ煮 ブロッコリースープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	22 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 魚と野菜煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	23 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ トマトそぼろ煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	24 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 野菜のコロコロ煮 トマトスープ おやつ むぎちゃ じゅうしい
26 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 野菜そぼろ煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	27 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 里芋そぼろ煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	28 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ きゃべつ煮 小松菜スープ おやつ むぎちゃ じゅうしい	29 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ へちま煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい	30 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ かぼちゃ煮 すまし汁 おやつ むぎちゃ じゅうしい 	31 朝のおやつ むぎちゃ・バナナ 昼食 おかゆ 野菜のコロコロ煮 もやしスープ おやつ むぎちゃ じゅうしい

※ 材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※ 初めて食べる食材やアレルギーを起こすおそれがある食材が含まれると思われる場合は前もってご相談ください。

※ 朝ごはんはしっかり食べてから登園しましょう。