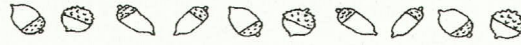


# 10月のこんだて



認定こども園わかば幼稚園

日	曜	お か ず	主 食	お や つ	
				10時	3時
1	木	煮込みハンバーグ ポテトサラダ 牛乳 オレンジ	ロールパン	せんべい	おにぎり 麦茶
2	金	鶏肉の塩こうじ焼き 切干し大根煮 みそ汁 バナナ	ごはん	りんごジュース	アイスクリーム ウエハース 
3	土	焼きうどん ギョウザ 中華スープ ヨーグルト	うどん	野菜ジュース	ビスケット 牛乳
5	月	サワラの三味焼き おかかあえ みそ汁 オレンジ	ごはん	ももりんごジュース	かぼちゃマフィン 牛乳
6	火	ミートソーススパゲティー ツナサラダ 牛乳 バナナ	スパゲティー	ビスケット	お好み焼き 麦茶 
7	水	鶏の唐揚げ わかめコーンサラダ 春雨スープ みかん缶	ごはん	りんごジュース	季節のくだもの 飲むヨーグルト
8	木	生揚げの肉みそ煮 もやしのナムル みそ汁 オレンジ	ごはん	ぶどうジュース	フライドポテト 牛乳
9	金	カレーライス ひじきのサラダ 牛乳 ももの缶詰め	ごはん	オレンジジュース	りんごヨーグルト クラッカー
10	土	チャーハン わかめのあえもの 牛乳 バナナ	ごはん	ももりんごジュース	せんべい 野菜ジュース
12	月	鶏そぼろごはん ゴマドレサラダ さつま汁 みかん缶	ごはん	飲むヨーグルト	きなこトースト 牛乳
13	火	ホワイトシチュー ハムサラダ ミートボール バナナ	ロールパン	ぶどうジュース	ミニクレープ 牛乳
14	水	八宝菜 シュウマイ みそ汁 ヨーグルト	ごはん	オレンジジュース	スイートポテト 牛乳
15	木	煮込みハンバーグ ポテトサラダ 牛乳 オレンジ	ロールパン	せんべい	おにぎり 麦茶
16	金	鶏肉の塩こうじ焼き 切干し大根煮 みそ汁 バナナ	ごはん	りんごジュース	アイスクリーム ウエハース
17	土	 <b>運動会</b> 			
19	月	サワラの三味焼き おかかあえ みそ汁 オレンジ	ごはん	ももりんごジュース	かぼちゃマフィン 牛乳
20	火	ミートソーススパゲティー ツナサラダ 牛乳 バナナ	スパゲティー	ビスケット	お好み焼き 麦茶
21	水	鶏の唐揚げ わかめコーンサラダ 春雨スープ みかん缶	ごはん	りんごジュース	季節のくだもの 飲むヨーグルト
22	木	生揚げの肉みそ煮 もやしのナムル みそ汁 オレンジ	ごはん	ぶどうジュース	フライドポテト 牛乳
23	金	カレーライス ひじきのサラダ 牛乳 ももの缶詰め	ごはん	オレンジジュース	りんごヨーグルト クラッカー
24	土	焼きうどん ギョウザ 中華スープ ヨーグルト	うどん	野菜ジュース	ビスケット 牛乳
26	月	鶏そぼろごはん ゴマドレサラダ さつま汁 みかん缶	ごはん	飲むヨーグルト	きなこトースト 牛乳
27	火	ホワイトシチュー ハムサラダ ミートボール バナナ ゼリー	<b>おたんじょうかい</b> ロールパン	ぶどうジュース	ミニクレープ 牛乳
28	水	八宝菜 シュウマイ みそ汁 ヨーグルト	ごはん	オレンジジュース	スイートポテト 牛乳
29	木	白身フライ 三色おひたし 牛乳 ももの缶詰め	わかめごはん	せんべい	おつとつと りんごジュース 
30	金	親子うどん ごまあえ 星のポテト バナナ	うどん	りんごジュース	かぼちゃババロア 牛乳 
31	土	チャーハン わかめのあえもの 牛乳 バナナ	ごはん	ももりんごジュース	せんべい 野菜ジュース

※旬の食材を使用するよう心がけております。果物・野菜等は仕入の都合により変更になることがあります。