



10 月 予 定 献 立 表



R3.9.30 新中央保育園

日	曜	午前のおやつ		昼 食		午後のおやつ		備 考
		3歳未満児		全 園 児		3歳未満児追加分 全 園 児		
1	15	金	パイ ン ヨーグルト	レバー入りカレー 和風サラダ 野菜ジュース	ごはん	牛乳 コーンフレーク バナナ		
2	16	土	牛乳 オレンジ	たぬきうどん 豆腐のサラダ りんご			牛乳 バウムクーヘン	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
4	18	月	牛乳 バナナ	おでん ブロッコリーのおかか和え みそ汁(長いも・えのき) ミニトマト	鮭おにぎり	牛乳 フレンチドッグ	3歳以上児 おにぎりの日	
5	19	火	牛乳 りんご	中華風照り煮 きゅうりのゆかり和え みそ汁(豆腐・にら) 柿	ごはん	牛乳 パンプキン クッキー☆小魚		
6	20	水	牛乳 キウイ フルーツ	さばのごま揚げ 春雨サラダ みそ汁(高野豆腐・わかめ・ねぎ) ぶどう	ごはん	牛乳 ウロコダンゴ アスパラガスビシタット		
7	21	木	牛乳 オレンジ	けんちんうどん うの花煮 パイン 以上児：のり佃煮			牛乳 じゃがピザ	
8	22	金	バナナ ヨーグルト	麻婆豆腐 キャベツと焼豚の和え物 かき玉汁 りんご	ごはん	麦茶 くずもち		
9	23	土	牛乳 キウイ フルーツ	スパゲティナポリタン さつま芋の甘煮 グレープフルーツ 麦茶			牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
11	25	月	牛乳 オレンジ	鮭のちゃんちゃん焼き風 パイン すまし汁(豆腐・ほうれん草)	おにぎり	牛乳 かぼちゃ団子 ☆昆布	3歳以上児 おにぎりの日	
12	26	火	牛乳 バナナ	チキンクリームシチュー ツナサラダ キウイフルーツ	ロールパン	麦茶 ごま塩おにぎり かりこりきゅうり	3歳以上児 主食がパンで もよい日です	
13	27	水	牛乳 りんご	ミックスコロケ 大豆の五目煮 みそ汁(なめこ・大根) スライストマト	ごはん	フルーツ ヨーグルト クラッカー		
14	28	木	牛乳 キウイ フルーツ	タンメン ひじき入り白和え 柿			牛乳 人参ホットケーキ	
	29 誕生会	金	ピーチ ヨーグルト	☆🍁☆ハロウィンランチ☆🍁☆ チキンライス チーズハンバーグ アンパンマンポテト かぼちゃのポタージュ ブロッコリー ぶどう			プリンアラモード	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
	30	土	牛乳 オレンジ	わかめうどん 小松菜のしらす和え バナナ			牛乳 ミルクカステラ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません

*10月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 474kcal、たんぱく質17.1g、脂肪14.5g が平均給与量です。

*10月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 374 kcal、たんぱく質15.9g、脂肪 14.8g が平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの時に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。

