

10月献立表

* エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)



1日(水)
青菜おにぎり
ソースカツ
ポテトチキンロール
たまごロール
はるさめサラダ
みかん缶
*311kcal/8.7g

2日(木)

3日(金)
赤かぶ
青菜ふりかけごはん
まぐろ野菜カツ
鶏のみそ焼き
ごぼう煮
いんげんのごま和え
りんご缶
*336kcal/12.6g

6日(月)
マカロニミートソース
かにクリームコロッケ
チーズオムレツ
たこちゃんウィンナー
ブロッコリーのサラダ
黄桃缶
*340kcal/10.9g

7日(火)

8日(水)
白飯
ハヤシルー
ブチハンバーグ
豆腐ナゲット
パイ缶
*433kcal/10.4g

9日(木)

10日(金)
【午前保育】

13日(月)
【スポーツの日】



14日(火)

15日(水)
白飯
甘辛唐揚げ
海鮮ステーキ
さつまいもの甘煮
おくらのおかか和え
りんご缶
*414kcal/10.9g

16日(木)

17日(金)
たまごふりかけごはん
チキンカツ
マヨコーンさつま
ミートボールカレー煮
チンゲン菜のおひたし
サイダー風ゼリー
*365kcal/9.9g

20日(月)
バターロールパン
やきそば
ミニハンバーグ
ほたて風味
かまぼこフライ
ほうれん草の和え物
ピピチーズ
*338kcal/11.1g

21日(火)

22日(水)
【午前保育】

23日(木)

24日(金)
【うさぎ・年中】
白飯
豆腐の中華そばあん
青のりちくわ天
えだまめ
パイ缶
*346kcal/11.4g
※年少・年長はお弁当

27日(月)
栗ごはん
鶏の唐揚げ
花さつま
中華肉だんご
小松菜の煮びたし
りんご缶
*375kcal/11.0g

28日(火)

29日(水)
かつおふりかけごはん
ハンバーグ
ハムカツ
コンソメポテト
切干大根のサラダ
黄桃缶
*384kcal/9.0g

30日(木)

31日(金)
白飯
ポークカレー
ハロウィンかまぼこ
コーンクリームコロッケ
みかん缶
*407kcal/8.4g

- ★ アレルギーをお持ちでない園児様用のメニューです。
- ★ 魚の骨は極力取っていますが、気をつけてお召し上がりください。
- ★ 「栗とカカオ(ココア)以外のナッツ類」「魚卵」「そば」「納豆」は使用しません。
ただし、工場内では、上記の食材を含む製品を使用しています。
- ★ 調味料(醤油 砂糖 塩 ケチャップ 中濃ソース 酢 味噌 鰹だし 鶏ガラスープ コンソメ)を使用しています。
- ★ 地産地消の取り組みをしています。
(旭区 今宿 新川さん 保土ヶ谷区 上菅田 白井さん)
- ★ 採れたて野菜を使用したメニューに変更することがあります。



今日のランチは何か？
当日午前中にお弁当の写真を
Instagramにアップしています！
のぞいてみてください😊



@SHOKUSAIKOBO