



# 10がつのこんだて



令和6年度 うさぎ保育所



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび	にちようび
	1 けんちんうどん はりはり漬け 里芋のきなこかけ  チキンライス 牛乳	2 ごはん 和風ミートローフ 揚げレンコンのサラダ しょうがのすまし汁  いちじくケーキ 牛乳	3 ごはん 秋鮭のちゃんちゃん焼き いとこ煮 のっぺい汁  肉まん 牛乳	4 ごはん ほうれん草のキッシュ ごぼうのマヨサラダ 肉団子のスープ  バナナパンケーキ 牛乳	5 ごはん レモンチキン 磯香和え とろとろなめこ汁  マシュマロカップケーキ お茶	6  塩マーボー豆腐丼 わかめスープ  フルーツきんとん お茶
7 ごはん 鯖の味噌煮 納豆和え きんぴら風すまし汁  ブルーベリー 牛乳	8 ごはん 鶏肉のケチャップソテー レモンサラダ 春雨スープ  アップルチーズトースト 牛乳	9 ごはん 八宝菜 お好みポテト もやし中華スープ  豚ニラおやき 牛乳	10 ごはん ツナバーグ ブロッコリーの土佐和え 呉汁  全粒粉のソフトクッキー 牛乳	11  醤油ラーメン こんにやく和風サラダ 南瓜のごままぶし  ジャコとチーズ のカルシウムおにぎり 牛乳	12  <b>運動会</b>	13  ガパオライス フレンチサラダ 舞茸のすまし汁  フライドポテト お茶
14 野菜チャーハン ばんさんすう ワンタンスープ  ツナマヨクラッカー お茶	15 秋ナスのミート スパゲティ コールスローサラダ きのこのとろみスープ  しらすひじきごはん 牛乳	16 ごはん カレイのコーン クリーム焼き レーズンの香り漬け和え かつおだしのとろとろ汁  マロンマフィン 牛乳	17 ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 甘辛じゃこ大豆 さつまいもの味噌汁  オレンジムース 牛乳	18 <b>ひまわり芋掘り遠足</b>  ビビンバ丼 きくらげの中華スープ レタススープ  カリカリトースト 牛乳	19 ごはん 大麦フレークチキン もやしのおいマヨ和え ツナスープ  きなこサブレ お茶	20 ごはん 豚肉のパン粉焼き 塩っぺ和え 花麩のすまし汁  塩ちんすこう お茶
21 <b>誕生会</b> さつまいもご飯 鶏のバーベキューソース 洋梨入りサラダ オニオンスープ  お楽しみおやつ 牛乳	22 ごはん 肉じゃが さわやかキャベツ 大根のすまし汁  ソルトマドレーヌ 牛乳	23 ごはん 鮭のスコップコロケ コロコロお豆サラダ もち麦味噌汁  ショートブレッド 牛乳	24 ごはん 柔らかチャーシュー 水菜のしらす和え とろろ昆布の味噌汁  おからケーキ 牛乳	25 <b>ひまわりクッキング &amp; 青空給食</b>  <b>お弁当の日</b> (すみれ組～こすもす組)  りんごとレーズンの蒸しパン 牛乳	26 具沢山中華ラーメン きのこのおろし和え  夕焼けおにぎり お茶	27 白菜の中華丼 そうめんスープ  人参カップケーキ お茶
28 カレーうどん 柿の白和え 蒸し南瓜のきなこかけ  たまごごはん 牛乳	29 ごはん 旬の魚の竜田揚げ 長芋の酢の物 豆苗の味噌汁  揚げパン 牛乳	30 豚生姜どんぶり 厚揚げの赤だし 金時豆の煮豆  小松菜レモンケーキ 牛乳	31 ごはん ミートボール ごまドレサラダ ポタージュスープ  スイーツパンプキン 牛乳	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 午前おやつは果物と牛乳です。こすもす・ひまわり組は午前おやつ無し、給食時に果物と牛乳がつきます。</li> <li>○ 献立内容を変更することがあります。</li> <li>○ 土・日・祝日の献立は、卵・乳・乳製品を使用していません。ご了承いただきますよう、よろしくお願いいたします。</li> </ul>		

