



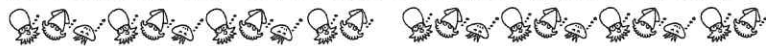
令和6年度10月献立表



月		火		水		木		金		土		
		1	鮭のちゃんちゃん焼き 春雨の酢の物 もずくスープ	2	納豆のかき揚げ かみかみサラダ きのこスープ	3	秋鮭の炊きこみごはん ビーフンサラダ きのこのかきたま汁 くだもの	4	弁当の日		5	ビーフン ゆで豆 果物 牛乳
7	きのこカレー サラスパサラダ くだもの	8	魚のケチャップ和え さつま芋と野菜の コロコロソテー エリンギのすまし汁	9	いり豆腐 わかめの酢の物 沢煮椀	10	バイキング (お楽しみメニュー)		11	レバーのケチャップ煮 切干バンバンジー 高野豆腐のみそ汁	12	ごぼうとベーコンの 炊き込みご飯 スープ 果物
14	スポーツの日	15	ししゃものチーズフライ 納豆和え 切干大根のみそ汁	16	なすビーンズ じゃこサラダ 赤だしみそ汁	17	～芋掘り会～ さんまの塩焼き 豚汁 おむすび くだもの		18	鶏肉ときのこのみそ煮 グリーンサラダ かきたま汁	19	お好み焼き さつま芋の甘煮 果物 牛乳
21	麻婆なす バンサンスー わかめスープ	22	赤魚の西京焼き ひじきの和え物 押し麦スープ	23	擬製豆腐 いとこ煮 五目すいとん汁	24	鶏肉のマーマレード煮 元気サラダ コーンポタージュ パン 		25	鶏肉のみそ照り焼き コロコロサラダ きくらげのすまし汁	26	ミートスパゲティ コンソメスープ 果物 牛乳
28	いりどり きゅうりの梅和え 豆腐のみそ汁	29	魚の煮つけ 三色なます ほうとう風うどん汁	30	豆腐とえびの ケチャップ煮 ジャーマンポテト けんちん汁	31	収穫ごはん ひりょうず くだもの なすのみそ汁					

～10月に美味しい海のいきもの・さんま～

さんまには胃がありません。腸も短く、お腹に消化中のエサが溜まらないため、はらわたを美味しく食べる事ができます。塩焼き、蒲焼きなどがお勧めです。



～梅・藤・桜組の水筒の持参について～

ご家庭から持参されている水筒については、散歩に出掛けたりする際の水分補給などで必要になりますので、10月中は水筒の用意をお願いします。

9月のバイキングメニュー

えびピラフ 豆腐のたこ揚げ ごぼうチキンサラダ
ゆで豆 ピーマンじゃこ炒め 果物

*毎日運動会の練習を頑張っているみんなに『本番を無事に迎えられるように』と気持ちを込めて作りました。



キリトリ

月 日の保育士を希望します
組 保護者名