



	行 事	未満児午前の間食	主菜	献 立	午 後 の 間 食
1 (木)		お茶 ボーロ	ごはん	白身魚フライ キャベツのサラダ 味噌汁(じゃがいも)	牛乳 豆腐ケーキ*
2 (金)	午睡布団持ち帰り	お茶 ウエハース	ごはん	ポークビーンズ 蓮根のゴマネーズ和え りんご	牛乳 クラッカー
3 (土)				サンドイッチ ヨーグルト	
4 (日)					
5 (月)		お茶 せんべい	スパゲティ	なすとトマトのスパゲティ ブロッコリーと卵のサラダ 大根スープ	お茶 もりもりおにぎり*
6 (火)		お茶 ボーロ	わかめ ごはん	さばのごま照り焼き 切干サラダ 味噌汁(小松菜・生揚げ)	牛乳 豆乳もち*(以上児) マカロニきな粉*(未満児)
7 (水)		ヨーグルト	ごはん	肉じゃが 揚げ大豆の小魚がらめ(以上児) ちくわの磯辺揚げ(未満児) 白菜の昆布和え	牛乳 ビスケット
8 (木)	ぴよぴよランド(園開放)	お茶 ウエハース	ごはん	豆腐ハンバーグ クリームポテト ほうれん草のスープ	牛乳 せんべい
9 (金)		お茶 ビスケット	カレー ライス	チキンカレー ドレッシングサラダ 柿	牛乳 クラッカー
10 (土)				サンドイッチ ヨーグルト	
11 (日)					
12 (月)	スポーツの日				
13 (火)		お茶 せんべい	ごはん	タンドリーチキン 蓮根のソテー 白菜のスープ	牛乳 ビスケット
14 (水)		お茶 ウエハース	ゆかり ごはん	豚肉とチンゲン菜の炒め物 ひじき入りポテトサラダ 味噌汁(きのこ)	牛乳 揚げパン*
15 (木)	誕生会	お茶 ビスケット	五目 ごはん	鶏の唐揚げ(ごま風味) マカロニサラダ すまし汁(ふかし・三つ葉)	ヨーグルト
16 (金)	身体測定 視力・聴力検査(3～5歳児) 午睡布団持ち帰り	お茶 ボーロ	ごはん	魚のチリソース ブロッコリーの中華和え 中華五目スープ	牛乳 マシュマロコーンフ레이크*
17 (土)	運動会9時～11時30分				
18 (日)					
19 (月)		お茶 せんべい	食パン	きのこのシチュー ひじき入りチキンサラダ りんご	お茶 チーズ入りチヂミ*
20 (火)		お茶 ボーロ	ごはん	魚の竜田揚げ 小松菜の納豆和え 味噌汁(根菜)	フルーツポンチ*
21 (水)		お茶 ビスケット	ごま ごはん	江戸っ子煮 春雨のごま酢和え バナナ	お茶 バームクーヘン
22 (木)	歯科検診9時30分～ ぴよぴよランド(ポプラの家)	お茶 ウエハース	ごはん	白味噌ポトフ 甘辛肉団子 大根サラダ(ツナ)	牛乳 せんべい
23 (金)	親子遠足(5歳児)9時～15時 秋の遠足(0～4歳児)	お茶 せんべい	おにぎり	おにぎり 鶏の唐揚げ たこさんウインナー 蓮根のきんぴら 卵焼き 塩ゆでブロッコリー 味噌汁(白菜)	牛乳 クラッカー
24 (土)				サンドイッチ ヨーグルト	
25 (日)					
26 (月)		お茶 ウエハース	ごはん	チキンカツ スパサラダ(ツナ) 味噌汁(さつまいも)	牛乳 ビスケット
27 (火)		ヨーグルト	ごはん	筑前煮 バンサンスー トマト	牛乳 さつまいもガレット*
28 (水)	劇団バク観劇 15時～16時 「おむすびころりん」 (全児・未就園児)	お茶 せんべい	ごはん	鮭フライ(タルタルソース) ブロッコリーとカリフラワーのサラダ 青菜のスープ	牛乳 クラッカー
29 (木)		お茶 ビスケット	ごはん	マーボー豆腐 蒸しシュウマイ ほうれん草のナムル	苺のムース*
30 (金)	ハロウィン 午睡布団持ち帰り	お茶 せんべい	クロワッサン	かぼちゃのマカロニグラタン トマトのサラダ キャベツのスープ	ジョア クラッカー
31 (土)					

* 手作りおやつ

この色の日 は、スプーンを園で用意します。

23日(金) 0～1歳児用の献立です。2～5歳児は秋の遠足ですので、ご家庭の手づくり弁当を食べます。



以上児栄養目標量	エネルギー431kcal	たんぱく質13.3～23.8	脂質12.4～19.6	食塩1.6未満
今月の以上児平均栄養目標量	エネルギー392kcal	たんぱく質18.6	脂質19.1	食塩1.6
未満児栄養目標量	エネルギー513kcal	たんぱく質16.7～25.9	脂質11.4～17.1	食塩1.5未満
今月の未満児平均栄養目標量	エネルギー489kcal	たんぱく質18.4	脂質16.9	食塩1.5