様式F106

風の森　保育園(一般)

2018年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 牛乳100、はいはいせんべい	2 調整豆乳、はいはいせんべい	3 牛乳100、はいはいせんべい	4 牛乳100、はいはいせんべい	5 牛乳100、はいはいせんべい	6 調整豆乳、はいはいせんべい
昼食	三色そぼろ丼（凍り豆腐）、みそ汁（だいこん・もやし）、きゅうりのごま和え、キウイフルーツ	御飯、白身魚のトマトソース、もずくスープ、ゆでブロッコリー、オレンジ	ドライカレーライス、わかめスープ（コーン）、バナナ	御飯、オニオンスープ、ポークチャップ（平肉）、コールスローサラダ、粉ふき芋	御飯、みそ汁（かぼちゃ・玉ねぎ）、さばと大豆の煮物、ほうれん草ともやしの塩麹あえ、りんご	お弁当
午後	牛乳　180ml、お好み焼き	牛乳　180ml、パイナップルゼリー	牛乳　180ml、蒸しパン（レーズン）	牛乳　180ml、押麦ぜんざい	牛乳　180ml、ポテトフライ	牛乳　180ml、お菓子
午前	8 牛乳100、はいはいせんべい	9 調整豆乳、はいはいせんべい	10 牛乳100、はいはいせんべい	11 牛乳100、はいはいせんべい	12 牛乳100、はいはいせんべい	13 調整豆乳、はいはいせんべい
昼食	祝日（お弁当）	御飯、コーンスープ（キャベツ）、ポテトハンバーグ、人参の甘煮(ブロッコリー)	カレーライス(豚肉)、はくさいの和え物、バナナ	御飯、みそ汁（なす・たまねぎ）、マーボー豆腐、かぼちゃ（蒸し）、りんご	御飯、すまし汁（豆腐・だいこん）、さけのきのこみそ焼き、キャベツとわかめのごま酢、キウイフルーツ	野菜そぼろ丼(納豆)、麸のすまし汁（えのき）、オレンジ
午後	牛乳　180ml、お菓子	牛乳　180ml、フルーツミックスゼリー	牛乳　180ml、蒸しパン（いちごジャム）	牛乳　180ml、クラッカーサンド（ブルーベリー）	牛乳　180ml、芋けんぴ	牛乳　180ml、ジャムパン
午前	15 牛乳100、はいはいせんべい	16 牛乳100、はいはいせんべい	17 牛乳100、はいはいせんべい	18 牛乳100、はいはいせんべい	19 調整豆乳、はいはいせんべい	20 調整豆乳、はいはいせんべい
昼食	御飯、すまし汁（じゃが芋・チンゲン菜）、厚揚げの炒め物、きゅうりの酢の物（みかん）	御飯、みそ汁（たまねぎ・わかめ）、さばの焼きおろし煮、かぼちゃサラダ（おから）	御飯、クリームシチュー、小松菜とコーンの和え物、キウイフルーツ	御飯、みそ汁（こまつな・なめこ）、さけのホイル焼き、ひじきの煮物（さつまいも）、りんご	御飯、ポークチャップ（平肉）、なばなのごま和え、中華スープ（きくらげ）、オレンジ	ラーメン（豚肉・キャベツ）、バナナ
午後	牛乳　180ml、揚げパン	牛乳　180ml、ミニドッグ	牛乳　180ml、蒸しパン(甘納豆)	牛乳　180ml、じゃがいもガレット	牛乳　180ml、もも缶ゼリー	牛乳　180ml、ジャムパン
午前	22 牛乳100、はいはいせんべい	23 調整豆乳、はいはいせんべい	24 牛乳100、はいはいせんべい	25 牛乳100、はいはいせんべい	26 牛乳100、はいはいせんべい	27
昼食	菜飯（小松菜）、豆乳汁（野菜）、レバーと芋の甘辛煮（ごま）、焼きトマト	御飯、みそ汁（だいこん・わかめ）、さんまのかば焼き風、ブロッコリーのおかか和え、煮豆（いんげん豆）	カレー風味のトマトライス、キャベツとツナのサラダ、フルーツカクテル	ミートスパゲティー、ジャーマンポテト、きのこスープ	御飯、みそ汁（さつま芋・ねぎ）、さわらと人参の煮物、ほうれん草のごま和え（もやし）、りんご	
午後	牛乳　180ml、チンビン	牛乳　180ml、みかんゼリー	牛乳　180ml、黒糖蒸しパン（H・M）	牛乳　180ml、おにぎり（やきとうもろこし）	牛乳　180ml、ポテトフライ	
午前	29 牛乳100、はいはいせんべい	30 調整豆乳、はいはいせんべい	31 牛乳100、はいはいせんべい			
昼食	御飯、かぼちゃのシチュー、鶏のから揚げ、添え・ブロッコリー	御飯、みそ汁（豆腐・なす）、かじきとさつま芋の中華煮、もやしのごま和え、オレンジ	お弁当（誕生会）			
午後	牛乳　180ml、ヒラヤーチー	牛乳　180ml、パイナップルゼリー	牛乳　180ml、誕生ケーキ			