



10月の献立表



2023年イトンちどり保育園

日	曜	朝おやつ	昼食	3時おやつ
1	日			
2	月	牛乳、星たべよ	厚揚げのそぼろあん きゅうりのゆかり和え、わかめのみそ汁	牛乳、昆布とじゃこのおにぎり
3	火	牛乳、バナナ	鮭の塩焼き、切干大根のソース炒め 五目汁	牛乳、さつまいもスティック
4	水	牛乳、チーズ、ミレービスケット	うま煮、野菜とわかめの酢の物 えのきのすまし汁、キウイフルーツ	牛乳、米粉のもちもちケーキ
5	木	牛乳、ばりんこ	ハヤシライス、フレンチサラダ、りんご	牛乳、きなこクリームサンド
6	金	牛乳、ばかうけ	★天ぷら三種盛り、土佐酢あえ 味付けのり、麩のみそ汁	牛乳、★もみじゼリー
7	土	牛乳、一口ゼリー	和風スパゲティ、ペイクドかぼちゃ、パイン	牛乳、せんべい、ビスケット
8	日			
9	月	スポーツの日		
10	火	牛乳、シガーフライ	豚肉のマーマレード炒め、グリーンポテト 豆腐スープ	牛乳 ★フッキー & パッキーココア風味
11	水	牛乳、アンパンマンせんべい	【運動会応援メニュー】 ★チキンカツカレー、コールスローサラダ、梨	牛乳、応援クッキー
12	木	牛乳、食パン	親子煮、青菜のしらす和え 手作りふりかけ、豆腐のみそ汁	牛乳、秋のパフェ
13	金	牛乳、バナナ	魚の竜田揚げ、五目とえ 納豆、えのきのすまし汁	牛乳、みたらしじゃが団子
14	土		【運動会】	
15	日			
16	月	牛乳、カルシウムせんべい	鶏肉の塩こうじ焼き 青菜の和え物、けんちん汁	牛乳、さつまいも蒸しパン
17	火	牛乳、バナナ	★チリコンカン、さっぱりサラダ ブロッコリー、コンソメスープ	牛乳、りんごケーキ
18	水	牛乳、ミレービスケット	豚肉と厚揚げの中華炒め、華風和え はるさめスープ、黄桃	牛乳、フルーツヨーグルト
19	木	牛乳、星たべよ	さつまいもごはん、鮭のもみじソースかけ 彩野菜のおかか和え、きのこのすまし汁、柿	牛乳、栗どら焼き
20	金	牛乳、スティックパン	豚丼、イトンサラダ、じゃがいものみそ汁	牛乳、豆腐ドーナツ
21	土	牛乳、一口ゼリー	いなかうどん、キャベツの甘酢味、バナナ	
22	日			
23	月	牛乳 アンパンマンせんべい	れんこんコロッケ、ごまドレッシングサラダ トマト、白菜の豆乳スープ	牛乳、かみかみ小魚、バナナ
24	火	牛乳、アスバラガスビスケット	鶏肉と里芋の炒め煮、野菜のごま酢和え わかめのすまし汁、りんご	牛乳、かぼちゃの米粉クッキー
25	水	牛乳、チーズ、シガーフライ	菜めし、ししゃもの衣焼き、柿なます すいとん汁、パイン	牛乳、小倉トースト
26	木	牛乳、バナナ	鶏肉の中華風照り焼き、ひじきとちりめんの中華サラダ トマト、豆腐のスープ	牛乳、スイートポテト
27	金	牛乳、ばりんこ	【ピクニックランチ】 サンドイッチ & ロールパンサンド、シチュー、みかん	牛乳、鶏そぼろおにぎり
28	土	牛乳、一口ゼリー	焼きビーフン、焼きポテト、バナナ	牛乳、たいやき
29	日			
30	月	牛乳、カルシウムせんべい	中華丼、油揚げのみそ汁、バナナ	牛乳、スモアサンド
31	火	牛乳、星たべよ	【ハロウィンランチ】鶏の唐揚げ、おぼけサラダ、ブロッコリー ハロウィンスープ、ハロウィンみかん	牛乳、パンプキンパイ

* 行事・食材の都合により献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。