

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	<h2 style="text-align: center;">沖縄そばの日</h2> <p>今では沖縄のソウルフードとして有名な沖縄そばですが、その昔「沖縄そば」という呼び名は禁止されていました。沖縄そばは、小麦粉・食塩・かん水を原料としているためそばではなく中華麺に分類されていました。「沖縄そば」という名前を使用できるようになったのは、1978年10月17日に公正取引委員会に認められたのが始まりです。そこから10月17日が沖縄そばの日となりました。園では19日に沖縄そばを予定しています♪</p> <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center;">   </div>						
午前	2 クラッカー	3 ドライブルー	4 ベビーチーズ	5 クラッカー	6 ドライブルー	7 クラッカー	
昼食	ご飯(胚芽米) 魚天ぷら パパイヤ炒め みそ汁(こまつな)	ご飯(胚芽米) 松風焼き・豆腐いり キャベツの和え物 すまし汁	ご飯(胚芽米) 豚肉のしょうが焼き もずくの和え物 みそ汁(大根)	ご飯(胚芽米) チキンカツ キャベツサラダ みそ汁(冬瓜)	栗ごはん 鯖の煮付け 切り干し大根のサラダ みそ汁(豆腐)		運動会
午後	のりごまクッキー バナナ/保育乳	お好み焼き 梨/保育乳	ごまじゃこトースト みかん/保育乳	焼き芋 りんご/保育乳	バナナケーキ パイナップル/保育乳		
午前	9	10 クラッカー	11 ベビーチーズ	12 クラッカー	13 ドライブルー	14 クラッカー	
昼食	 <h2 style="text-align: center;">スポーツの日</h2>		鮭ごはん キャベツ炒め 付け合わせ(きゅうり) みそ汁(なめこ)	ご飯(胚芽米) 砂肝の和え物 豚汁	チキンカレー カラフルサラダ	ピザトースト つけあわせ(きゅうり) コンソメスープ	
午後			きつねおにぎり ブルー/保育乳	グリルドチーズサンド グレープフルーツ/保育乳	シークウーサーゼリー バナナ/保育乳	菜飯おにぎり 果物/保育乳	
午前	16 クラッカー	17 ドライブルー	18 ベビーチーズ	19 クラッカー	20 ドライブルー	21 クラッカー	
昼食	ロールパン 鶏のハーブ焼き 付け合わせ(きゅうり) ミネストローネ	ご飯(胚芽米) 厚揚げの五目うま煮 付け合わせ(トマト) みそ汁	ご飯(胚芽米) きびなごの唐揚げ 大根のサラダ 貝だくさんみそ汁	沖縄そば 五目煮 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) スパイシーチキン 野菜炒め ゆし豆腐	肉うどん 野菜のゴマサラダ	
午後	納豆みそおにぎり みかん/保育乳	シリアルバー バナナ/保育乳	オートミールクッキー 梨/保育乳	鮭おにぎり キウイ/保育乳	フライドポテト りんご/豆乳	わかめおにぎり 果物/保育乳	
午前	23 クラッカー	24 ドライブルー	25 ベビーチーズ	26 クラッカー	27 ドライブルー	28 クラッカー	
昼食	もずく丼 切り干し大根とツナのサラダ 中華スープ	おこわ ちくわの磯辺揚げ 付け合わせ(トマト) コーンスープ	ご飯(胚芽米) いり鶏 付け合わせ(きゅうり) みそ汁(えのき)	弁当(誕生会)	ご飯(胚芽米) 鮭の塩焼き 肉野菜炒め みそ汁(アーサ)	ドライカレーライス コロコロサラダ	
午後	さつまいもカップケーキ みかん/保育乳	厚揚げの煮付け 柿/保育乳	かぼちゃ天ぷら りんご/保育乳	ケーキ🍰 バナナ/保育乳	ごぼうのうま煮 梨/保育乳	ふかし芋 果物/保育乳	
午前	30 クラッカー	31 ドライブルー	 <h2 style="text-align: center;">HALLOWEEN</h2>				
昼食	ご飯(胚芽米) 茄子味噌炒め 付け合わせ(きゅうり) 中華スープ	ピラフ かぼちゃシチュー、 マカロニサラダ 	<p>10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すとされています。ハロウィンに必ず登場するカボチャの栄養について・・・ビタミンAを豊富に含みます。ビタミンAは目を元気にしたり、のどや鼻など空気の通り道を丈夫にして、風邪などのばい菌が体の中に入ってくるのを防ぎます。</p>				
午後	ケーキサレ りんご/保育乳	きなこスコーン みかん/保育乳					

※献立は仕入れの都合により変更することもありますのでご了承ください。