






	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 ベビーチーズ	2 クラッカー	3	4 クラッカー
昼食			ご飯(胚芽米) 豚肉のしょうが焼き 人参しりしり もずく汁	きのこ炊き込みごはん きびなごの唐揚げ みそ汁(さと芋・小松菜)		焼きそば 付け合わせ(きゅうり) スープ(豆腐・コーン)
午後			野菜フリッツ りんご/保育乳	甘がし バナナ/保育乳		わかめおにぎり 果物/保育乳
午前	6 クラッカー	7 ドライフルーン	8 ベビーチーズ	9 クラッカー	10 ドライフルーン	11 クラッカー
昼食	ご飯(胚芽米) 魚のもみじ焼き 付け合わせ(トマト) 貝だくさんみそ汁	もずく丼 いんげんのごま和え みそ汁(豆腐・しめじ)	ご飯(胚芽米) 鶏のから揚げ タマネーイリチャー みそ汁(とうがん)	沖縄そば 筑前煮	ご飯(胚芽米) さけの塩焼き 切り干し大根ゴマ和え 豚汁	ちりめんトースト つけあわせ(きゅうり) ポトフ
午後	にんじんケーキ りんご/保育乳	お豆腐ボール パイナップル/保育乳	ヒラヤーチー バナナ/保育乳	たぬきおにぎり 柿/保育乳	ちんびん みかん/保育乳	
午前	13 クラッカー	14 ドライフルーン	15 ベビーチーズ	16 クラッカー	17 ドライフルーン	18 クラッカー
昼食	弁当(誕生会)	バジルトースト チキンと白菜のクリーム煮 カラフルサラダ	ご飯(胚芽米) グルクンあんかけ 付け合わせ(きゅうり) はるさめスープ	カレーライス セロリのはちみつ和え	ご飯(胚芽米) すき焼き風炒め きゅうりとわかめのサラダ	チャーハン風 付け合わせ(きゅうり) 中華スープ(芋・わかめ)
午後	ケーキ🍰 ミックスフルーツ/保育乳	鮭おにぎり 柿/保育乳	ポテサラサンド キウイ/保育乳	黒糖くずもち バナナ/保育乳	さつま芋のカレット りんご/保育乳	フレンチトースト 果物/保育乳
午前	20 クラッカー	21 ドライフルーン	22 ベビーチーズ	23	24 ドライフルーン	25
昼食	ミートスパゲティ 茹でブロッコリー ベジタブルスープ	ご飯(胚芽米) 麻婆豆腐 付け合わせ(トマト) かき玉汁	ご飯(胚芽米) レバーと芋の甘辛ソース 大根のサラダ みそ汁(豆腐・にんじん)	 勤労感謝の日 	ロールパン ポークビーンズ ごぼうサラダ	お遊戯会
午後	ツナみそおにぎり みかん/保育乳	オートミールクッキー 柿/保育乳	スイートパンプキンサンド りんご/保育乳		とりそばろのおにぎり パイナップル/保育乳	
午前	27 クラッカー	28 ドライフルーン	29 ベビーチーズ	30 クラッカー	秋の食材に欠かせないキノコ。 食物繊維・ビタミンD・ミネラルなどを 豊富に含んでおり、香りがよく、 どんな料理にも合う優れたものです。 キノコを食べることで、 便通も良くなります。 	
昼食	タコライス 付け合わせ(きゅうり) きのこスープ	ご飯(胚芽米) 肉じゃが 付け合わせ(トマト) みそ汁(キャベツ他)	ごはん(胚芽米) 鶏肉と大根の煮つけ もやしのナムル みそ汁(きのこ・玉ねぎ)	ご飯(胚芽米) さばの味噌煮 野菜チャンプルー アーサ汁		
午後	きなこスコーン りんご/保育乳	チキンゲット バナナ/保育乳	玄米シリアルバー 柿/豆乳	ふかし芋 みかん/保育乳		