



日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
10月1日(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし 昆布 等 / りんご	ドイツパン 牛乳
10月3日(月) 10月24日(月)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,茄子,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,だし昆布 等	りんご ジャムサンド 牛乳 
10月4日(火) 10月18日(火)	牛乳	軟飯 そぼろ煮 柔か煮	米 / 豚ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	みかん おじや 牛乳
10月5日(水) 10月19日(水)	牛乳	軟飯 炒め煮 柔か煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし 昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	りんご ゆでじゃが 牛乳
10月6日(木) 10月20日(木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,(絹)豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	みかん おじや 牛乳
10月7日(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,キャベツ,だし昆布 等 / じゃがいも,人 参,ほうれん草,だし昆布 等	みかん お好みおやき 牛乳
10月8日(土) 10月22日(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,チン ゲンツアイ,だし昆布 等 / りんご	コッペパン 牛乳 
10月11日(火) 10月25日(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,人 参,小松菜,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき 牛乳
10月12日(水) 10月26日(水)	牛乳	軟飯 豆腐の旨煮 柔か煮	米 / 焼ふ,牛肉,豆腐,はくさい,人参,たまねぎ,だし 昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	りんご おじや 牛乳
10月14日(金) 10月28日(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 柔か煮	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 等 / じゃがいも,人 参,だし昆布 等	ピオーネ 食パン 牛乳
10月15日(土) 10月29日(土)	牛乳	軟飯 そぼろ煮 みかん	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,ほう れん草,人参,だし昆布 等 / みかん	ドイツパン 牛乳
10月17日(月) 10月31日(月)	牛乳	軟飯 牛肉の旨煮 ふくめ煮	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし 昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	みかん じゃがいものおやき 牛乳
10月21日(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 豆腐の旨煮	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布 等 / (絹)豆腐, はくさい,チンゲンツアイ,人参,たまねぎ,だし昆布 等	りんご おじや 牛乳 
10月27日(木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 焼ふ,鶏肉,凍り豆腐,大根,人参,だし昆布 等 / はくさい,小松菜,だし昆布 等	りんご おじや 牛乳
誕生会 10月13日(木)	牛乳	軟飯 ハンバーグ 煮浸し	米 / 牛ひき肉,豚ひき肉,じゃがいも,たまねぎ,人 参,パン粉 等 / キャベツ,ほうれん草,だし昆布 等	みかん 蒸しパン 牛乳

月平均栄養価

エネルギー 442kcal たんぱく質 17.2g 脂質 11.7g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

