

10か月のこんだてひょう

みんなのとっぽこども園

1	日付	午前おやつ	きゅうしょく	おやつ
水	1 28	ビスコ 麦茶	ごはん 信田巻き キャベツの昆布和え 豚汁 2日梨 28日りんご	マカロニきな粉黒蜜 豆乳
木	2 16	クラッカー 麦茶	ごはん ハンバーグオリエンタルソース ささみとレタスのサラダ 青梗菜スープ オレンジ	アップルパイ 豆乳
金	3	ビスコ 豆乳	ごはん 鮭の塩麴焼き 筑前煮 ほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	ライスペーパーせんべい 麦茶
土	5 19	クラッカー 豆乳	塩昆布焼きそば トマトサラダ 豆腐スープ ゼリー	チーズラスク 豆乳
月	6 23	ビスコ 豆乳	パン 鶏肉のスイートマスタード焼き フルーツサラダ コーンチャウダー ヨーグルト	ジャージャー麵 麦茶
火	7 21	クラッカー 麦茶	ごぼう炊き込みご飯 かき揚げ2種 胡瓜とささみの酢の物 崩し豆腐の清汁 りんご	しらすせんべい 豆乳
水	8 22	白せんべい 麦茶	ナポリタン チーズサラダ えのきのスープ バナナ	きな粉揚げパン 豆乳
木	9 30	ビスコ 豆乳	ごはん 鶏と野菜の甘酢あん グリーンサラダ なめこの味噌汁 オレンジ	リッツ クリームチーズクリーム添え 麦茶
金	10 24	クラッカー 豆乳	ごはん カレイのホイル焼き じゃが芋のそぼろ煮 わかめの味噌汁 りんご	海苔塩チップ 麦茶
土	11 25	白せんべい 麦茶	ミートソーススパゲティー 大根サラダ もやしのスープ ゼリー	チーズトースト 豆乳
火	14	クラッカー 豆乳	パン 野菜たっぷりグラタン 千きりサラダ ミネストローネ オレンジ	そぼろごはん 麦茶
水	15	ビスケット 豆乳	ごはん えびしんじょう 青菜の納豆和え 豆腐の味噌汁 バナナ	スイートポテト 豆乳
金	17 31	ビスコ 豆乳	カレーうどん 豆腐のサラダ ヨーグルト	17日メープルフレンチトースト 31日お化けチップス 麦茶
月	20	クラッカー 豆乳	チキンカレーブロッコリーサラダ 青梗菜とえのきのスープ ヨーグルト	さつま芋 シュガーチーズ焼き 豆乳
月	27	ビスコ 豆乳	味噌ラーメン ふわふわチャイナ焼き バナナ	スイートポテト 豆乳
水	29	クラッカー 豆乳	お誕生日会	お楽しみに

今月の平均栄養価 エネルギー533kcalたんぱく質18.1g 脂質18.0g 塩分1.9g

園で使用のマヨネーズ 竹輪・中華麺・ミックス粉 ウィナー カニカマはすべて鶏卵不使用を使用しています

