



10月のこんだて



きたかづみ認定こども園

	主食（未満児）	共通	10時（未満児）	15時（共通）
1	水	ごはん 高野豆腐の卵とし さつま芋サラダ ブロッコリー	おやさいせんべい	ヨーグルト
2	木	ごはん 揚げ魚（たら）のレモン醤油 切干大根とひじきの煮物 味噌汁	ボーロ	バナナ 牛乳
3	金	わかめごはん みそコーンラーメン エビシューマイ ごまきゅうり	クラッカー	バームクーヘン 牛乳
6	月	ごはん うさぎハンバーグ ポパイサラダ すまし汁 フルーツポンチ	カルシウムウエハース	お月見クレープ ジョア
7	火	ごはん おでん 小松菜の納豆和え トマト	おこめリング	スイートポテトパイ 牛乳
8	水	ごはん 鶏肉カレーマヨ焼き レモン醤油和え 味噌汁	チーズ	ココナッツサブレ 牛乳
9	木	ごはん ハヤシライス ゆで卵 フレンチサラダ	カルシウム塩せんべい	フルーツヨーグルト
10	金	ごはん 豚肉の生姜炒め ボイルキャベツ トマト 味噌汁	オレンジ	ぱりんこ 牛乳
13	月	ス ポ ー ツ の 日		
14	火	ごはん さばの醤油煮 卵入りお浸し 豚汁	フレンチパイ	おこめのムース 野菜ジュース
15	水	ごはん ハムカツ わかめごま酢和え すまし汁	オレンジ	やさいスナック 牛乳
16	木	パン 和風ツナスパゲティ ブロッコリー和え物 コンソメスープ	白い風船	新米おにぎり（さつま芋ごはん）
17	金	ごはん 具だくさん炒り豆腐 フライドポテト 味噌汁 ふりかけ	動物ビスケット	レーズン蒸しパン 牛乳
20	月	ごはん かに玉 小松菜ナムル 春雨スープ	こざかなせんべい	麩ラスク 牛乳
21	火	ごはん 手作りコロッケ ボイルキャベツ 味噌汁	オレンジ	ごまクッキー 牛乳
22	水	ごはん さけの塩焼き 麩チャンプルー みそ豆乳鍋風	ソフトせんべい	ふかし芋 牛乳
23	木	ごはん 筑前煮 はんぺんチーズフライ ごま和え	マスカットゼリー	牛乳かりんとう 牛乳
24	金	ごはん 鶏肉バーベキューソース ポテトサラダ コンソメスープ	おととと	ケーキ りんごジュース
27	月	ごはん カップエッグ 春雨サラダ 味噌汁	オレンジ	甘芋きなこだんご 牛乳
28	火	ごはん カレーうどん ボイルウインナー のり和え	むらさき芋せんべい	ヨーグルト
29	水	ごはん さけのムニエルタルタルソース ボイルキャベツ 味噌汁	ビスコ	以上児）柿 未満児）バナナ 牛乳
30	木	ごはん 南瓜の挽肉サンドフライ ナポリタン 野菜クリームスープ	ぱりぱりパンプキン	ハロウィンクッキー アシドミルク
31	金	ごはん そぼろ煮 厚焼玉子 おかか和え	水族館のなかまたち	オムレット 牛乳

*10時おやつには、牛乳がつきます。