

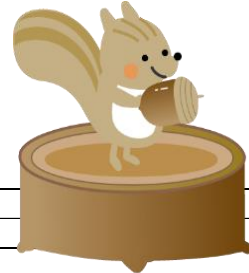
















| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 10月1日 | 日 10月2日 |
|--------|---|---|--|---|---|---|------------|
| おひるごはん |  |  |  |  |  |  ご飯 白糸タラの洋風照り焼き 切干大根の煮物 すまし汁 フルーツ(オレンジ) | |
| 栄養価おやつ | | | | | | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 374/13.7/9.6/60.1/0.8 牛乳 121Kcal 塩せんべい 75Kcal | |
| | 10月3日 | 10月4日 | 10月5日 | 10月6日 | 10月7日 | 10月8日 | 10月9日 |
| おひるごはん | 休園日 |  ご飯 カラスカレイの磯辺焼き 豆腐の卵とし煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) |  とほろ丼 キャベツの中華和え みそ汁 フルーツ(バナナ) |  ご飯 鶏肉と豆腐のトマト煮 白菜のツナサラダ スープ |  ご飯 あおさ入り厚焼き五子 豚肉と大根の炒り煮 みそ汁 ヨーグルト | 運動会 | |
| 栄養価おやつ | | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 384/15.2/12.4/55.8/0.9 牛乳 121Kcal ベジたべる 30Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 369/13.2/11.9/54.5/1.0 牛乳 121Kcal あられ 40Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 395/16.4/13.2/55.9/1.2 牛乳 121Kcal ももゼリー 80Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 383/15.7/13.5/52.1/1.0 牛乳 121Kcal フライドポテト(塩) 117Kcal | | |
| | 10月10日 | 10月11日 | 10月12日 | 10月13日 | 10月14日 | 秋はおいしい食べ物がたくさんありますね~  タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠  | |
| おひるごはん | スポーツの日 | 代休 |  ご飯 豆腐のとほろ煮 きゅうりとトマトのナムル風 すまし汁 |  ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ ヨーグルト |  鉄分強化! ふりかけご飯 とじさみのごまだれ炒め 厚揚げと白菜のくたくた煮 みそ汁 | | |
| 栄養価おやつ | | | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/13.0/10.2/55.3/1.0 牛乳 121Kcal かぶき揚げ 100Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 403/13.3/12.6/61.0/1.0 牛乳 121Kcal カンパン 83Kcal | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 384/20.6/11.5/51.6/0.9 牛乳 121Kcal マフィン 134Kcal | | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。