

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|--|--|--|--|
|  |    |   | <p>1</p> <p>胚芽ご飯 魚の西京焼き ごぼうサラダ 豆苗スープ</p> <p>スイーツポテト 保育園ミルク</p> | <p>2</p> <p>【コロナに勝つランチ】 ふりかけおにぎり トンカツ マセドアンサラダ きのこの清まし汁 鉄ゼリー</p> <p>黒糖ケーキ むぎちゃ</p> | <p>3</p> <p>五目ご飯 豆腐ちゃんぷるー 小松菜と油揚げの味噌汁</p> <p>やきいも 保育園ミルク</p> |
| <p>5</p> <p>もずく丼 ゆし豆腐(ねぎ) 切干大根サラダ</p> <p>じゃこトースト 保育園ミルク</p> | <p>6</p> <p>胚芽ご飯 魚のごまダレ焼き ひじき炒め ツナとエビの味噌汁 バナナ</p> <p>黒糖くずもち 保育園ミルク</p> | <p>7</p> <p>胚芽ご飯 鶏肉の南蛮漬け きんぴら炒め わかめの味噌汁</p> <p>プリン 味付けいりこ 保育園ミルク</p> | <p>8</p> <p>胚芽ご飯 お魚ハンバーグ 人参しりしりー 大根の味噌汁</p> <p>米粉のバナナパン 保育園ミルク</p> | <p>9</p> <p>なすのミートスパゲティ キャベツと人参のサラダ ニラと卵のスープ オレンジ</p> <p>くふうあじゅー むぎちゃ</p> | <p>10</p> <p>鮭じゃこご飯 春雨サラダ 豆腐とコーンのスープ</p> <p>五穀かりんとう 保育園ミルク バナナ</p> |
| <p>12</p> <p>納豆ご飯 ちむしんじ 温野菜サラダ</p> <p>シリアルクッキー 味付けいりこ 豆乳</p> | <p>13</p> <p>胚芽ご飯 魚の照焼き 五目大豆煮 とろろ昆布汁 バナナ</p> <p>チーズ蒸しパン むぎちゃ</p> | <p>14</p> <p>胚芽ご飯 肉だんご 春雨ナムル 豆苗の味噌汁</p> <p>野菜スティック(SAWA) 味付けいりこ 保育園ミルク</p> | <p>15</p> <p>おべんとう</p> <p>りんごと栗の蒸ケーキ 保育園ミルク</p> | <p>16</p> <p>沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト</p> <p>鮭おにぎり むぎちゃ</p> | <p>17</p> <p>ごぼうピラフ 豆腐の清し汁 甘酢モズク バナナ</p> <p>鉄ゼリー はと麦おこし 保育園ミルク</p> |
| <p>19</p> <p>タコライス マッシュポテト ビーンズスープ</p> <p>ふむふむ(甘さ控えめ) 保育園ミルク</p> | <p>20</p> <p>胚芽ご飯 ポークソテー ごまじゃこサラダ じゃがいもと玉葱の味噌汁</p> <p>スコーン 豆乳</p> | <p>21</p> <p>胚芽ご飯 鮭のタンドリー風 ピーマンの細切炒め そうめん汁</p> <p>もずくパン プルーン 保育園ミルク</p> | <p>22</p> <p>胚芽ご飯 鶏肉のマーマレード煮 ヒジキとモヤシのサラダ ゆし豆腐アサあん</p> <p>うむくじてんぷら 保育園ミルク</p> | <p>23</p> <p>胚芽ロール 白身魚のコーンクリーム焼き キャベツサラダ オニオンスープ</p> <p>おにぎり(ツナみそ) むぎちゃ</p> | <p>24</p> <p>鶏てり焼き丼 じゃがいもの味噌汁 胡瓜とシラスの酢の物</p> <p>紫芋チップ バナナ 保育園ミルク</p> |
| <p>26</p> <p>胚芽ご飯 麻婆豆腐 胡瓜とトマトのツナサラダ わかめスープ</p> <p>オレンジゼリー ビスコ 保育園ミルク</p> | <p>27</p> <p>鮭じゃこご飯 かぼちゃの煮物 けんちん汁 型抜きチーズ</p> <p>ぼーぼー 保育園ミルク</p> | <p>28</p> <p>胚芽ご飯 松風焼 くーふういりちー 青梗菜の味噌汁 青切みか</p> <p>シリアル 保育園ミルク プルーン</p> | <p>29</p> <p>胚芽ご飯 魚の竜田揚げ 小松菜のごま和え はんぺんとみつばのすまし汁</p> <p>たかはしもち むぎちゃ</p> | <p>30</p> <p>【ハロウィン】 おばけカレー ブロッコリーサラダ オレンジ</p> <p>かぼちゃのボン・デ・ドーナツ むぎちゃ</p> | <p>31</p> <p>さかなそばろご飯 肉じゃが アサ汁</p> <p>アンパンマンせんべい むぎちゃ バナナ</p> |

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。