

年間目標:すべてのことに感謝してたべよう

10月の目標:口を閉じて、30回以上噛んで食べよう

2022年10月の献立

南ヶ丘保育園

	月		火		水		木		金		土				
午前	31	じゃがいもぼん			【まんげつ】10/10(月)→11(火) 【しんげつ】10/25(火) 【おべんとうのひ】10/26(水) ☆の日はたくあん・うめぼしがつきます。 さんねんばんちゃはまいしょくつきます。						1	りよくとうちっぷす			
昼食	☆げんまいごはん ・まーぼーはるさめ ・こまつなのじゃこあえ ・じゃがいものみそしる														・にんじんごはん ・しおこうじすーぷ ・にぼし
午後	ちきんらいすおむすび いりこ・こんぶ										7日(金) アレルギー依頼書渡し				
午前	3	じゃがいもぼん	4	りよくとうちっぷす	5	じゃがいもぼん	6	りよくとうちっぷす	7	じゃがいもぼん	8	りよくとうちっぷす			
昼食	☆げんまいごはん ・にくじゃがふう ・はるさめさらだ ・たまねぎのみそしる		☆げんまいごはん(あわ) ・さばのみそに ・おくらなっとう ・あぶらあげのみそしる		・げんまいごはん ・はやしらいすふう ・しおこうじすーぷ ・ほしきびなご		☆げんまいごはん ・なすのみそいため ・まかろにさらだ ・あつあげのみそしる		☆げんまいごはん(ひえ) ・あじのいそふらい ・まいたけなっとう ・さつまいものみそしる		・かれーぴらふ ・やさいすーぷ ・にぼし				
午後	のりおむすび いりこ・こんぶ		むしやきいも いりこ・こんぶ		しそひじきおむすび いりこ・こんぶ		げんまいあまぎけけーき いりこ・こんぶ		わかめおむすび いりこ・こんぶ		むしやきいも				
午前	10		11	りよくとうちっぷす	12	じゃがいもぼん	13	りよくとうちっぷす	14	じゃがいもぼん	15	りよくとうちっぷす			
昼食	すぼ一つのひ		・げんまいごはん(あずき) ・たぶろのおーらそーすあえ ・にらなっとう ・きりぼしだいこんのみそしる		☆げんまいごはん ・いわしだんごじる ・ひじきのしらあえ ・ほしきびなご		☆げんまいごはん ・さつまいもころっけ ・ひじきのとまとに ・ごぼうのみそしる		☆げんまいごはん(ひえ) ・たいのふらい ・かいそうなっとう ・まいたけのみそしる		・ちきんらいすふう ・やさいすーぷ ・にぼし				
午後			むしやきいも いりこ・こんぶ		かれーおむすび いりこ・こんぶ		ここあげーき いりこ・こんぶ		おかかおむすび いりこ・こんぶ		むしやきいも				
午前	17	じゃがいもぼん	18	りよくとうちっぷす	19	じゃがいもぼん	20	りよくとうちっぷす	21	じゃがいもぼん	22	りよくとうちっぷす			
昼食	☆げんまいごはん ・あつあげのしょうゆこうじいため ・かぼちゃのさらだ ・ふのみそしる		☆げんまいごはん(あわ) ・さばのしおやき ・うめおかかなっとう ・とうふのみそしる		・げんまいごはん ・まるやかやさいしちゅー ・こまつなのいそあえ ・ほしきびなご		☆げんまいごはん ・まーぼーどうふ ・きんぴられんこん ・かぼちゃのみそしる		☆げんまいごはん(ひえ) ・あじのしょうゆこうじやき ・しゅんぎくなっとう ・じゃがいものみそしる		・とりごはんふう ・しおこうじすーぷ ・にぼし				
午後	きつねおむすび いりこ・こんぶ		むしやきいも いりこ・こんぶ		ちりめんおむすび いりこ・こんぶ		さつまいもけーき いりこ・こんぶ		えのきおむすび いりこ・こんぶ		むしやきいも				
午前	24	じゃがいもぼん	25	りよくとうちっぷす	26	じゃがいもぼん	27	りよくとうちっぷす	28	じゃがいもぼん	29	りよくとうちっぷす			
昼食	☆げんまいごはん ・こうやどうふのかつ ・ぼてとさらだ ・きのこのみそしる		・げんまいごはん(あずき) ・たいのとうにゅうまよやき ・ちりめんなっとう ・たまねぎのみそしる		おべんとうのひ 		☆げんまいごはん ・たぶろのからあげ ・おからさらだ ・じゃがいものみそしる		☆げんまいごはん(ひえ) ・いわしとおーとみーるのおーぶんやき ・さといもなっとう ・わかめのみそしる		・はやしらいすふう ・しおこうじすーぷ ・にぼし				
午後	にんじんおむすび いりこ・こんぶ		むしやきいも いりこ・こんぶ		かぼちゃむしけーき いりこ・こんぶ		ひじきおむすび いりこ・こんぶ		ちりめんおむすび いりこ・こんぶ		むしやきいも				