

きらきらキッズ(一般)						2022年10月分の献立						
午前						1(土)						
昼食						牛乳						
午後						お弁当						
午後	牛乳 揚げせんべいB											
3(月)		4(火)		5(水)		6(木)		7(金)		8(土)		
午前	牛乳	牛乳	牛乳	オレンジジュース	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	カレーライス レタスとハムのサラダ りんご お茶	ロールパン レバーの甘辛煮 もやしの酢みそあえ なし、牛乳	ごはん 魚のごまみそ焼き 青菜ときこのあえもの けんちん汁、お茶	ごはん 八宝菜 ブロッコリーのごまあえ バナナ、お茶	お弁当	ごはん 大豆入り磯煮 おひたし トマト、お茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
午後	牛乳 ウエハース	お茶 クリームサンドビスケット	牛乳 カステラ	牛乳 ゴーフレット	お茶 いも菓子	牛乳 サブレ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
10(月)		11(火)		12(水)		13(木)		14(金)		15(土)		
午前	スポーツの日					牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	スポーツの日					ロールパン 豆腐団子の空揚げ ひじきのごまネーズ わかめと卵のスープ、お茶	ごはん 豚肉とたまねぎのケチャップ煮 はくさいの甘酢あえ パイン缶、お茶	ごはん クリームシチュー はくさいのごま酢あえ トマト、お茶	ロールパン 魚のムニエル さといものそぼろ煮 野菜スープ、お茶	ごはん 鶏肉の甘辛炒め 中華風酢物 みかん缶、お茶	牛乳	牛乳
午後	スポーツの日					牛乳 だいこんもち	牛乳 塩せんべい	お茶 おにぎり	お茶 焼きそば	牛乳 クラッカー	牛乳	牛乳
17(月)		18(火)		19(水)		20(木)		21(金)		22(土)		
午前	野菜・果物ジュース	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ビビンバ丼 きゅうりとわかめの酢物 バナナ、お茶	ロールパン 魚のレモン煮 ポテトサラダ レタスのスープ、お茶	さつまいもごはん ささみカツ グリーンフレンチサラダ かき、お茶	ごはん マーボー豆腐 バンサンスー りんご、お茶	ロールパン 魚のチーズフリッター マカロニサラダ トマト、牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
午後	牛乳 チーズ入り蒸しパン	お茶 焼きそば	フルーツ豆乳 えびせんA	牛乳 さつまいものマーマレード煮	お茶 きなこ菓子	牛乳 クッキー	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
24(月)		25(火)		26(水)		27(木)		28(金)		29(土)		
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 鶏肉と切り干しだいこんの煮物 りんごサラダ かぼちゃのみそ汁、お茶	ロールパン カレービーンズ 彩りあえ なし、牛乳	ごはん 筑前煮 レバーのごまつなあえ ビーフン汁、お茶	ごはん 魚のたつた揚げ ツナとキャベツのサラダ さつまいものみそ汁、お茶	ロールパン ひじき入りハンバーグ ブロッコリーとハムのマリネ じゃがバター、お茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
午後	牛乳 ピザトースト	お茶 さつまフライ	牛乳 ワッフル	牛乳 ビスケットB	お茶 しょうゆ飯	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
31(月)												
午前	牛乳											
午後	牛乳 ミニシュークリーム											
昼食	ごはん 厚揚げと豚肉の中華炒め かぼちゃのサラダ わかめのみそ汁、お茶											