

令和6年 10月分 3歳以上児献立表

玉成幼稚園(にじのへや)

1日(火) ごはん/つくねばーぐ/ぶろっこりーのごますあえ/ろーすとぽてと/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	17日(木) とりごぼうごはん/ぶりのいそべあげ/かれーふうみのこふきいも/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
2日(水) はやしらいす/ぶちぶちさらだ/くだもの [PM] ふかしいも/ぎゅうにゅう	18日(金) しょくばん/ぼーくちやっぷ/さつぱりよーぐるとさらだ/きのこそてー/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
3日(木) とりごぼうごはん/ぶりのいそべあげ/かれーふうみのこふきいも/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	19日(土) ごはん/とりにくとびーまんのあまずいため/つなあえ/ふかしいも/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
4日(金) しょくばん/ぼーくちやっぷ/さつぱりよーぐるとさらだ/きのこそてー/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	21日(月) わかめおにぎり/ちくぜんに/ちーずのおかかあえ/まかにけちやっぷいため/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
5日(土) ごはん/とりにくとびーまんのあまずいため/つなあえ/ふかしいも/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	22日(火) ごはん/ほいこーろー/はるさめさらだ/たくあん/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
7日(月) わかめおにぎり/ちくぜんに/ちーずのおかかあえ/まかにけちやっぷいため/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	23日(水) そーすやきそば/さつまいものれもんに/くだもの [PM] なっとうちやーはん/ぎゅうにゅう
8日(火) ごはん/ほいこーろー/はるさめさらだ/たくあん/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	24日(木) おにぎり/さけのてりやき/わふうまかにさらだ/なまあげでんがく/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
9日(水) そーすやきそば/さつまいものれもんに/くだもの [PM] なっとうちやーはん/ぎゅうにゅう	25日(金) まるばん/ちきんかつ/こーるすろーさらだ/まっしゅぽてと/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
10日(木) おにぎり/さけのてりやき/わふうまかにさらだ/なまあげでんがく/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	26日(土) ごはん/ぶたにくのかれーいため/しらすあえ/ちーず [PM] ★/ぎゅうにゅう
11日(金) まるばん/ちきんかつ/こーるすろーさらだ/まっしゅぽてと/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	28日(月) ごはん/しおにくじゃが/にじきとまめのさらだ/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
12日(土) ごはん/ぶたにくのかれーいため/しらすあえ/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	29日(火) いわしのそぼろどん/ちぎりきやべつのいそあえ/こーんのばたーいため/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
15日(火) ごはん/つくねばーぐ/ぶろっこりーのごますあえ/ろーすとぽてと/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	30日(水) はやしらいす/りんごさらだ/くだもの [PM] かぼちゃけーき/ぎゅうにゅう
16日(水) はやしらいす/ぶちぶちさらだ/くだもの [PM] ふかしいも/ぎゅうにゅう	31日(木) ごはん/とうふはんばーぐ/わふうごまさらだ/たくあん/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
エネルギー: 599 kcal たんぱく質 : 22.3 g 脂 質 : 18.7 g 食塩相当量 : 1.6 g	

◎果物は季節のものを出しています。今月はバナナ、りんご、柿、みかんから提供します。

◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。

◎おやつについて

- ・★印は日替わりで市販のおやつを提供します。
- ・毎週水曜日は保育園の厨房で調理したおやつを提供します。