



…誕生会メニュー

| 日  | 曜 | ご飯                                       | 昼食                         | 3時のおやつ    |     | 朝のおやつ |
|----|---|--|----------------------------|-----------|-----|-------|
| 1  | 金 | 麦  | 高野豆腐の卵とじ・わかめのみそ汁           | 梨・クラッカー   | 牛乳  | ウエハース |
| 2  | 土 |  | きのこスパゲティ・ゼリー               | クッキー      | 牛乳  | せんべい  |
| 4  | 月 | 麦  | チリコンカン・野菜スープ               | マドレーヌ     | スキム | ビスケット |
| 5  | 火 | 麦  | 魚の青しそ焼き・春雨の酢の物・長ネギのみそ汁     | りんごトースト   | 牛乳  | ごぼう   |
| 6  | 水 | 麦  | かぼちゃのそぼろ煮・ナスのみそ汁           | 豆腐ドーナツ    | スキム | 梨     |
| 7  | 木 | 麦  | 魚のみそ煮・かむかむ海藻サラダ・清汁         | バナナケーキ    | スキム | おこし   |
| 8  | 金 | <b>秋の遠足</b> （お弁当の準備をお願いします。おやつは園で準備します。） |                            |           |     |       |
| 9  | 土 |  | けんちんうどん・バナナ                | クッキー      | 牛乳  | せんべい  |
| 11 | 月 | 麦  | 魚のネギみそ焼き・小松菜としらすのごま和え・清汁   | レーズンスティック | スキム | クッキー  |
| 12 | 火 | 麦  | 肉にら炒め・里芋のみそ汁               | いなり       | 茶   | スナック  |
| 13 | 水 | 麦  | 魚の磯部揚げ・レタス・納豆汁             | 石垣いも      | 豆乳  | 人参    |
| 14 | 木 | ピラフ                                      | ミートローフ・フレンチサラダ・トマト・清汁・ヤクルト | 梨・クラッカー   | スキム | あられ   |
| 15 | 金 | 麦  | ハヤシライス・スイートポテトサラダ          | ほうれん草ケーキ  | スキム | 丸ボーロ  |
| 16 | 土 |  | きのこスパゲティ・ゼリー               | クッキー      | 牛乳  | せんべい  |
| 18 | 月 | 麦  | チリコンカン・野菜スープ               | マドレーヌ     | スキム | ビスケット |
| 19 | 火 | 麦  | 魚の青しそ焼き・春雨の酢の物・長ネギのみそ汁     | りんごトースト   | 牛乳  | ごぼう   |
| 20 | 水 | 麦  | かぼちゃのそぼろ煮・ナスのみそ汁           | 豆腐ドーナツ    | スキム | 梨     |
| 21 | 木 | 麦  | 魚のみそ煮・かむかむ海藻サラダ・清汁         | バナナケーキ    | スキム | おこし   |
| 22 | 金 | 麦  | 豚肉のしょうが焼き・人参・麩のみそ汁         | 柿・あられ     | スキム | カステラ  |
| 23 | 土 |  | けんちんうどん・バナナ                | クッキー      | 牛乳  | せんべい  |
| 25 | 月 | 麦  | 高野豆腐の卵とじ・わかめのみそ汁           | レーズンスティック | スキム | クッキー  |
| 26 | 火 | 麦  | 魚のネギみそ焼き・小松菜としらすのごま和え・清汁   | 石垣いも      | 牛乳  | スナック  |
| 27 | 水 | 麦  | 肉にら炒め・里芋のみそ汁               | いなり       | 茶   | 人参    |
| 28 | 木 | 麦  | 魚の磯部揚げ・レタス・納豆汁             | ほうれん草ケーキ  | スキム | りんご   |
| 29 | 金 | 麦  | ハヤシライス・スイートポテトサラダ          | ゼリー・クッキー  | スキム | ウエハース |
| 30 | 土 |  | 焼きビーフン・のむヨーグルト             | クラッカー     | 牛乳  | せんべい  |