

10月予定献立表

まつばら保育園

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
	スパゲティナポリタン イタリアンスープ ポテトサラダ	わかめごはん 鮭のパン粉焼き 白菜のみそ汁 カレーマカロニ	ごはん チキン南蛮 高野豆腐のみそ汁 塩昆布和え	ごはん 白身魚の葱ソース じゃが芋のみそ汁 ごぼうサラダ	ガパオライス 春雨スープ えのきサラダ
	梅ちりおにぎり	豆乳ベニエ	フルーツヨーグルト	きな粉ボール	オレンジミルクパン
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
ごはん 焼肉 チンゲン菜と卵のスープ 韓国風大根サラダ ヨーグルトとさつま芋のケーキ	けんちんうどん もやしと胡瓜の焼き豚サラダ 煮豆	ごはん カレイの唐揚げ 玉葱のみそ汁 青菜の納豆和え	ごはん 八宝菜 むらくもスープ 切干大根サラダ	ごはん 鮭のポテトチーズ焼き 水菜と油揚げのみそ汁 金平ごぼう	チャーハン ワンタンスープ 長いもと人参のツナマヨ
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
 体育の日	きこり風パスタ ニラと人参のスープ コロコロサラダ	ごはん 白身魚のピカタ 大根となめこのみそ汁 大豆とじゃこの甘辛煮	ごはん 野菜と鶏肉の甘酢炒め 卵とわかめの春雨スープ レタスサラダ	バターライス ハサンパシャ・キョフテ トマトのスープ チョパン・サラタス	ごはん 擬製豆腐 さつま芋のみそ汁 ぼりぼりサラダ
	鶏ごぼうごはんのおにぎり	和風フライドポテト	にんじんパンケーキ	カルピスゼリー	麦巻き
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
ごはん 酢豚 中華風コーンスープ もやしのサラダ チーズ蒸しパン	即位礼正殿の日 	さんまの蒲焼丼 のっぺい汁 華風あえ	ちゃんぽんうどん 白菜とツナの和風サラダ	ごはん 白身魚のホイル焼き ニラたまみそ汁 ひじき煮	きじ焼き丼 かぶのみそ汁 なめたけ和え
28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	※19日(土)は、ちゅーりっぷ組の保育参加です。	
ごはん 鶏肉のごまみそ焼き しめじともやしのみそ汁 人参とツナのシリシリ ミルクココアもち	だまご鍋 春雨サラダ ヨーグルト	ごはん ししゃも磯辺揚げ 豆腐のみそ汁 チャプチェ	パンプキンカレー 千切り野菜のスープ スパゲティツナサラ ミイラソーセージ		

今月の世界の料理

- *バターライス
- *ハサンパシャ・キョフテ
- *トマトスープ
- *チョパン・サラタス

トルコ



今月の絵本の国

25日(金)
おばけのてんぷら
(ビスケットのてんぷら)

