

10月予定献立表



さんさん保育園

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
ごはん 白身魚のみそバター焼き すまし汁 五目きんぴら	けんちんうどん 花咲シュウマイ	ごはん 鮭のオニマヨ焼き サンラータン ひじきと大豆のカレー煮	ごはん 和風マーボ厚揚げ わかめのみそ汁 もやしのナムル	ごはん チキンカツレツ カラフルスープ コールスローサラダ	親子丼 わかめとしめじのスープ ちきゅぴら
チーズいももち	梅しそおにぎり	スコーン	ツナコーン蒸しパン	フルーツポンチ	ジャムトースト
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
 スポーツの日	焼たらこスパゲティ ミネストローネ 棒棒鶏	ごはん 鮭のチーズ焼き 干椎茸のスープ きゃべつの塩だれサラダ	ごはん 豚の生姜焼き 豆腐とにらのみそ汁 切干大根煮	ごはん 白身魚の葱ソースかけ 秋色スープ ブロッコリーのサラダ	ジャンバラヤ 豚もやしスープ トマトサラダ
	マヨ昆布おにぎり	チーズケーキ	フルーツゼリー	シュガーラスク	コーンパンケーキ
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
ごはん 筑前煮 ふのりのみそ汁 青菜の納豆和え ヨーグルト和え	だまこもち カミカミサラダ ヨーグルト 	ごはん ひじきバーグ とろとろ中華スープ ポテトサラダ	ちゃんぽんうどん さつまいもの甘辛炒め	ごはん さばの塩麹焼き 豚汁 切干大根のチャブチェ	豚丼 高野豆腐のみそ汁 もやしとわかめのサラダ
ドーナッツ	アップルケーキ	鮭わかめおにぎり	スイートポテト	ワッフル	
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
ごはん 油淋鶏 根菜のみそ汁 小松菜の中華卵炒め フライドポテト	 お誕生日 ランチプレート	ごはん 白身魚のカラフル焼き 白菜のみそ汁 豚と春雨の葱炒め あずきロール	キーマカレー チョップドスープ ココロサラダ のりじゃこトースト	スパゲティミートソース オニオンスープ マセドアンサラダ 青菜おにぎり	きつねカレー丼 里芋のみそ汁 エビマヨサラダ ミルク餅
30日(月)	31日(火)				
ごはん ポークチャップ レタススープ スパゲティサラダ コーントースト	 キャロットライス スコップコロケ コンソメスープ 焼かぼちゃサラダ パンプキンマフィン				



ハロウィンの起源は、古代ケルト民族が行っていた秋の収穫を祝うとともに、悪霊を追い払う宗教儀式「サヴィン祭」であるといわれています。10月31日は先祖の霊が家族に会うために現世に戻ってくると信じられていました。しかし、先祖の霊だけでなく悪霊も一緒にやってきて悪さをすると考えていたため、仮装や焚火を行い悪霊払いをしていたと伝えられています。

