

# 献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1	防災の日	2		3		4		5		6	
御飯 さばの塩焼き じゃがいもきんぴら 白菜のみそ汁		御飯 回鍋肉 春雨サラダ 中華スープ		御飯 まぐろの竜田揚げ きゅうりの酢の物 大根と豆腐のみそ汁		御飯 豚肉と野菜のカレー炒め キャベツのおかか和え ほうれん草としめじのみそ汁		御飯 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜の納豆あえ かぼちゃのみそ汁		牛乳 パン ゼリー チーズ	
牛乳 リッツ		牛乳 きな粉トースト		牛乳 みたらし団子		お茶 コーンフレーク		飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)		牛乳 せんべい・クッキー	
8		9		10		11		12		13	
御飯 さわらの塩麹焼き ほうれん草と白菜の磯和え じゃがいものみそ汁		御飯 厚揚げのみそ炒め キャベツのゆかり和え わかめとお麩のすまし汁		牛乳・ロールパン さつまいもときのこのクリームシチュー 千切大根ときゅうりのサラダ バナナ		御飯 なすとひき肉の甘辛炒め ブロッコリーとコーンのマヨネーズ和え 小松菜のみそ汁		御飯 油淋鶏 チンゲンサイのしらす和え さつまいもと豆腐のみそ汁		牛乳 豚すき丼 野菜スープ チーズ	
牛乳 チャーハン		牛乳 蒸しパン(さつまいも)		お茶 手作りふりかけおにぎり おやつ昆布(3~5歳)		牛乳 おからドーナツ		牛乳 肉みそバゲティ		牛乳 せんべい・クッキー	
15		16		17		18	郷土料理【福岡県】	19		20	
敬老の日		御飯 さばのみそ煮 チンゲン菜とコーンの和え物 白菜と大根のすまし汁		御飯 ハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ		御飯 がめ煮 ブロッコリーのごま酢和え わかめと豆腐のみそ汁		御飯 豚肉のねぎだれ焼き 白菜と油揚げの煮浸し キャベツとかぼちゃのみそ汁		牛乳 チキンカレー コーンサラダ チーズ	
		牛乳 きなこ団子		牛乳 ジャムサンド		牛乳 お好み焼き		お茶 ヨーグルト・バナナ		牛乳 せんべい・クッキー	
22		23		24		25	お楽しみメニュー	26		27	
御飯 さわらの煮つけ きゅうりの塩昆布和え じゃがいものみそ汁		秋分の日		御飯 鮭のごま衣焼き ほうれん草の中華風のり和え さつまいもと大根の豆乳みそ汁		御飯 チキンカツ マカロニサラダ 野菜スープ		御飯 豚肉のすき焼き風煮物 白菜とちくわのさっぱり和え キャベツのみそ汁		牛乳 パン ゼリー チーズ	
牛乳 マシュマロリッツサンド				お茶 ひじきおにぎり		牛乳 りんごケーキ		牛乳 かぼちゃクッキー		牛乳 せんべい・クッキー	
29		30									
御飯 かれいの照り焼き 小松菜と大豆ミートのソテー かぼちゃとしめじのみそ汁		御飯 鶏肉と野菜のみそ炒め キャベツのたくあん和え チンゲン菜と豆腐のすまし汁									
牛乳 中華風ビーフン		牛乳 ミニ黒糖ツイスト									