ハピネス保育園 🎒 🏟 🥕 👛 🎒 🏟 🥕 👛 1 1月の幼児食 🏟 🥍 👛 👛 2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	→ 金曜日	土曜日
午	* *	人唯口	小唯口			1 麦茶、ぱりんこ
直食	* **		さや果物を食べて ご・柿などがあり		*	豚丼 豆腐スープ オレンジ
午後		U——				麦茶、ホームパイ
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 牛乳	6 野菜ジュース	7 牛乳	8 麦茶、ぽたぽた焼
昼食	文化の日	ぶりのみそ照り焼き さつま芋素揚げ えのきのすまし汁 バナナ	さつまいもとしめじのみそ汁 りんご	ご飯 さわらの香味焼き 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 かぶのみそ汁 柿	ミートスパゲティー ポテトサラダ おくらスープ オレンジ	鶏肉の照り焼き丼 青菜の白和え バナナ
午後		牛乳、ココナッツサブレ	牛乳 、 じゃこマヨトースト	牛乳、ぽたぽた焼き	牛乳、昆布とツナのおにぎ り	麦茶、カルシウムせんべい
午前	10 牛乳	11 麦茶、 鉄入りウエハース	12 牛乳	13 乳酸菌飲料	14 牛乳	15 麦茶、 うす焼きせんべい
昼食	ご飯 たらのコーンマヨネーズ焼き さつま芋と昆布の煮物 わかめのすまし汁 みかん	ご飯 豚肉の柳川風煮物 大豆とひじきのサラダ 大根のみそ汁 バナナ	かぼちゃサラダ	ご飯 焼肉 はるさめサラダ 切り干し大根のみそ汁 りんご	カレー わかめスープ 白桃缶	チキンライス さつま芋のスープ グレープフルーツ
後	牛乳、 ジャムサンド (いちご)	牛乳、じゃが芋のチーズ焼 き	牛乳、ぽたぽた焼き	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、星たべよ	麦茶、ココナッツサブレ
计间	17 牛乳	18 麦茶、ぱりんこ	19 牛乳	20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、カルシウム せんべい
食	ご飯 さばのおろし煮 ほうれん草のごま和え さつま芋のみそ汁 オレンジ	ちゃんぽんラーメン ツナ餃子 バナナ	ロマか手フライ 白菜と崩し豆腐のとろみスープ	ご飯 たらのレモン風味焼き 切干し大根の旨煮 具だくさんすまし汁 オレンジ	ご飯 鶏肉のパン粉焼き はるさめサラダ じゃかいものスープ りんご	カレーうどん キャベツとツナのサラダ バナナ
午後	牛乳、ビスコ	あにさり (こりではろ)	牛乳、星たべよ	牛乳、たべっこどうぶつ	牛乳、スイートポテト	麦茶、ギンビスアスパラガ ス
午前	24	25 麦茶、 たべっこどうぶつ	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ビスコ
昼食	* 化谷1木合 *	もみじご飯 鮭の味噌焼き かぼちゃの甘煮	食パン クリームシチュー パスタサラダ バナナ	ご飯 豆腐の中華煮 きゅうりとささみのごまサラダ なめこのみそ汁 りんご	ご飯 たらのごま風味焼き さつまいもサラダ 豆腐すまし汁 グレープフルーツ	ご飯 スタミナ納豆 けんちん汁 りんご
午後		牛乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり(さけ)	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶 フルーツヨーグルト	麦茶、白い風船

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】



	エネルキ゜ー	タンハ° ク	脂質	食塩
	kcal	g	g	g
3才未満児	436	16.9	12.8	1.4
目標量	462	18.5	12.8	1.4
充足率(%)	94	91	100	100

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。 この時期はお米やお芋が美味しくなります。皆さんもお芋掘りに行きましたか?今 回はさつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい 匂いと甘塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。

ハピネス保育園 (12-18ヶ月) (12-18年) (12-

	月曜日 🗼	火曜日	水曜日	木曜日	* * 金曜日	土曜日
午前	* *		19 10 2	*	*	1 麦茶、小魚せんべい
昼食	*		や果物を食べて <i>る</i> ご・柿などがあり		*	豚丼、豆腐スープ、オレン ジ
午後		U				麦茶、ひじきせんべい
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 牛乳	6 野菜ジュース	7 牛乳	8 麦茶、どうぶつビスケット
昼食	文化の日	ご飯、ぶりのみそ照り焼き、さつま芋素揚げ、えのきのすまし汁、バナナ	ご飯、肉豆腐、小松菜のご まマヨ和え、さつまいもと しめじのみそ汁、りんご	ご飯、さわらの香味焼き、 厚揚げとじゃが芋のそぼろ 煮、かぶのみそ汁、バナナ	ミートスパゲティー、ポテ トサラダ、おくらスープ、 オレンジ	鶏肉の照り焼き丼、青菜の 白和え、バナナ
午後		牛乳、どうぶつビスケット	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、ツナのおにぎり	麦茶、ハイハイン
午前	10 牛乳	11 麦茶、ひじきせんべい	12 牛乳	13 乳酸菌飲料	14 牛乳	15 麦茶、ヨーグルト
昼食	ご飯、たらのコーンマヨ ネーズ焼き、さつま芋と昆 布の煮物、わかめのすまし 汁、みかん	ご飯、豚肉の柳川風煮物、 大豆とひじきのサラダ、豆 腐のみそ汁、バナナ	ご飯、豆腐の肉あんかけ、 かぼちゃサラダ、ニラの スープ、オレンジ	ご飯、焼肉、はるさめサラダ、切り干し大根のみそ 汁、りんご	カレー わかめスープ 白桃缶	チキンライス、さつま芋の スープ、オレンジ
午後	牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、じゃが芋のチーズ焼 き	牛乳、小魚せんべい	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、ハイハイン	麦茶、ひじきせんべい
午前	17 牛乳	18 麦茶、 かぼちゃクッキー	19 牛乳	20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、ハイハイン
昼食	ご飯、さばのおろし煮、ほうれん草のごま和え、さつま芋のみそ汁、オレンジ	ちゃんぽんラーメン、ツナ 餃子、バナナ	食育ごはん、豚肉の甘みそ 炒め、ブロッコリーのおか か和え、じゃが芋フライ、 白菜と崩し豆腐のとろみ スープ、りんご	ご飯、たらのレモン風味焼き、切干し大根の旨煮、具だくさんすまし汁、オレンジ	ご飯、鶏肉のパン粉焼き、 はるさめサラダ、じゃかい ものスープ、りんご	カレーうどん、キャベツと ツナのサラダ、バナナ
午後	牛乳、野菜家族	牛乳、おにぎり(とりそぼろ)	牛乳、どうぶつビスケット	牛乳、小魚せんべい	牛乳、スイートポテト	麦茶、ミルクウエハース
午前	24	25 麦茶、野菜家族	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ひじきせんべい
昼食	振替休日	もみじご飯、鮭の味噌焼き、かぼちゃの甘煮、玉ねきのみそ汁、みかん缶	食パン、クリームシ チュー、パスタサラダ、バ ナナ	ご飯、豆腐の中華煮、きゅうりとささみのごまサラ ダ、なめこのみそ汁、りんご	ご飯、たらのごま風味焼き、さつまいもサラダ、豆腐すまし汁、グレープフルーツ	ご飯、スタミナ納豆、けん ちん汁、りんご
午後		牛乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり(さけ)	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶、バナナヨーグルト	麦茶、かぼちゃクッキー

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、 ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。

この時期はお米やお芋が美味しくなります。皆さんもお芋掘りに行きましたか?今回はさつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい匂いと甘塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。

ハピネス保育園 ● ● プ ● 11月の離乳食(9-11ヶ月) ● ● プ ● 2025年

	月曜日 🗼	火曜日 🔺	水曜日 ≱	木曜日	* 本金曜日	土曜日
午前	* *	* *	*	* * * *	*	1 麦茶、ヨーグルト
昼食	* ***	*	*	* *	*	5倍粥、豆腐と豚肉のみそ煮、豆腐スープ、オレンジ、ミルク
午後		7111		W	19	ひじきせんべい、ミルク
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、バナナクッ キー	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト
昼食	文化の日	5倍粥、さつま芋のすまし 汁、バナナ、鮭のしょうゆ 煮、ミルク	5倍粥、肉豆腐、小松菜のみそ汁、りんご、ミルク	5倍粥、たらのだし煮、か ぶみそ汁、バナナ、ミルク	和風パスタ、おくらスー プ、オレンジ、ミルク	5倍粥、鶏肉の照り煮、わかめのみそ汁、バナナ、ミルク
午後	/ 139	どうぶつビスケット、ミル ク	ミルク、パン粥	麦茶、ミルクウエハース、 ミルク	麦茶、おかか粥、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク
午前	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、ヨーグルト	13 麦茶、ハイハイン	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥、たらのみそ焼き、 えのきのすまし汁、みか ん、ミルク	5倍粥、豚肉の煮物、豆腐みそ汁、バナナ、ミルク	5倍粥、豆腐の和風あんかけ、かぼちゃと人参のスープ、オレンジ、ミルク	5倍粥、豚肉のしょうゆ 煮、玉ねぎのみそ汁、りん ご、ミルク	さつまいもとかぼちゃのお かゆ、白身魚とやさいの洋 風煮込み、バナナ、ミルク	5倍粥、鶏肉のコンソメ 煮、わかめスープ、オレン ジ、ミルク
午後	麦茶、手づかみ食パン、ミ ルク	マッシュポテト、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、バナナクッキー、ミ ルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク
午前	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 ヨーグルト、麦茶	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥、鮭のみそ煮、さつ ま芋とわかめのみそ汁、オ レンジ、ミルク	ちゃんぽんうどん、小松菜 の和え物、バナナ、ミルク	5倍粥、豚肉とじゃが芋の みそ焼き、ほうれん草と人 参の煮浸し風、白菜と崩し 豆腐のとろみスープ、りん ご、ミルク	5倍粥、たらのあんかけ 煮、さつま芋のすまし汁、 オレンジ、ミルク	5倍粥、鶏肉の煮物、じゃがいものスープ、りんご、 ミルク	野菜うどん、ツナとじゃが いもの煮物、バナナ、ミル ク
午後	麦茶、野菜家族、ミルク	麦茶、きなこ粥、ミルク	麦茶、どうぶつビスケッ ト、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、スイートポテト、ミ ルク	麦茶、ミルクウエハース、 ミルク
午前	24	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ヨーグルト、麦茶	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト
昼食	振替休日	5倍粥、鮭の味噌焼き、わかめと玉ねぎのみそ汁、りんご、ミルク	手づかみ食パン、クリーム シチュー、バナナ、ミルク	5倍粥、豆腐の中華煮、なめこのみそ汁、りんご、ミルク	5倍粥、たらのしょうゆ焼き、豆腐のスープ、バナナ、ミルク	5倍粥、納豆そぼろあんか け煮、けんちん汁、りん ご、ミルク
午後		麦茶、コンソメじゃがい も、ミルク	麦茶、さけ粥、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、かぼちゃクッキー、 ミルク

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承く 【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセージ】

☆昼食後のミルクは、、個人に合わせて提供しています。

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。 この時期はお米やお芋が美味しくなります。皆さんもお芋掘りに行きましたか? 今回はさつまいもではなく、じゃが芋とお味噌の香ばしい匂いと甘塩っぱい味で、 ご飯がいっぱい食べられ献立です。









	月曜日 🔌	火曜日 🗸	水曜日	木曜日	☀ ★ 金曜日	土曜日
午	万唯口 🗼	火曜日業	小唯口	<u> </u>	立。	
前	* *	* * *	*	* * *	*	1 麦茶、ヨーグルト
昼食	* ***	*	*	* *	*	7倍粥、鶏肉の野菜煮込み、豆腐スープ、オレンジ、ミルク
午後		- 2111				麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク
午前	3	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、ヨーグルト	を 表茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト
昼食	文化の日	7倍粥、鮭のあんかけ煮、 さつまいものすまし汁、バ ナナ、ミルク	7倍粥、豆腐の和風あんかけ、小松菜のみそ汁、りんご、ミルク	7倍粥、ツナと野菜の煮物、かぶのすまし汁、バナナ、ミルク	野菜パスタ、じゃがいものスープ、オレンジ、ミルク	7倍粥、鶏ささみの煮物、 豆腐スープ、バナナ、ミル ク
午後	7139	麦茶、やさいかぞく、ミル ク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、おかか粥、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク
午前	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、ヨーグルト	13 麦茶、ヨーグルト	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ハイハイン
昼食	7倍粥、鮭の野菜煮、さつ ま芋のすまし汁、みかん、 ミルク	7倍粥、鶏ささみと大根の 煮、豆腐のスープ、バナ ナ、ミルク	7倍粥、豆腐のとろみ煮、 かぼちゃのすまし汁、オレ ンジ、ミルク	7倍粥、鶏ささ身のあんか け煮、たまねぎのスープ、 りんご、ミルク	さつまいもとかぼちゃのお かゆ、白身魚とやさいの洋 風煮込み、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏肉のコンソメ 煮、ねぎのすまし汁、オレ ンジ、ミルク
午後	麦茶、パン粥、ミルク	麦茶、マッシュポテト、ミ ルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、野菜家族、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク
午前	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 麦茶、ヨーグルト	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト
昼食		野菜うどん、小松菜とツナの煮、バナナ、ミルク	7倍粥、野菜の煮浸し、白菜と崩し豆腐のとろみスープ、りんご、ミルク	7倍粥、たらのあんかけ 煮、さつまいものすまし 汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、鶏ささみとさつま 芋の煮物、じゃがいもの スープ、りんご、ミルク	うどん、ツナじゃがのつぶ し煮、バナナ、ミルク
後	麦茶、やさいかぞく、ミル ク	麦茶、きなこ粥、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、野菜家族、ミルク
午前	24	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ヨーグルト	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト
昼食	振替休日。	7倍粥、さけの出汁煮、玉 ねぎのすまし汁、オレン ジ、ミルク	パン粥、クリームシ チュー、キャベツの煮浸 し、パナナ、ミルク	7倍粥、豆腐と野菜の煮物、玉ねぎのすまし汁、りんご、ミルク	7倍粥、ツナの煮物、豆腐 のすまし汁、オレンジ、ミ ルク	7倍粥、納豆のあんかけ 煮、にんじんのすまし汁、 りんご、ミルク
午後		麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、さけ粥、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、ハイハイン、ミルク

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。 ☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。





ハピネス保育園 🌰 🥍 🎒 11月の幼児食(小麦・卵アレルギー) 🎒 🛖 🥍 🎒 2025年

			1.50			DV 4.50	
	月曜	日本	火曜日	水曜日	木曜日	★ 金曜日	土曜日
午前	* *	* 0			<u> </u>	*	1 麦茶、ソフトサラ ダ
昼食	*	*		野菜や果物を食べて。 こや梨などがあります		*	豚丼、きゅうりの中華風サ ラダ、豆腐スープ、オレン ジ
午後		- U			\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \		麦茶、ハッピーターン
午前	3	4	4 麦茶、ヨーグル	レト 5 牛乳	6 野菜ジュース	7 牛乳	8 麦茶、ヨーグルト
昼食	文化	のB ご語き、	飯、ぶりのみそ照り! 、さつま芋素揚げ、; のすまし汁、バナナ	えの「まマヨ和え、さつまいもと	たけのこ御飯、田舎煮、も やしの納豆和え、凍り豆腐 のみそ汁、柿	なすミートスパゲティー、 ポテトサラダ、おくらスー ブ、オレンジ	鶏肉の照り焼き丼、枝豆の 白和え、バナナ
午後		牛乳	乳、星食べよ	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ハッピーターン	牛乳、昆布とツナのおにぎ り	麦茶、ソフトサラダ
午前	10 牛乳	1	I1 麦茶、星食べよ	t 12 牛乳	13 乳酸菌飲料	14 牛乳	15 麦茶、ソフトサラ ダ
昼食	ご飯、たらのコネーズ焼き、さ 布の煮物、わか汁、みかん	つま芋と昆った。大切のオまし	飯、豚肉の柳川風煮物 豆とひじきのサラダ、 のみそ汁、バナナ		ご飯、焼肉、はるさめサラダ、切り干し大根のみそ 汁、りんご	ご飯、さわらの香味焼き、 厚揚げとじゃが芋のそぼろ 煮、かぶのみそ汁、バナナ	チキンライス、さつま芋の 甘煮、わかめスープ、グ レーブフルーツ
午後	牛乳、ジャム† ご)	ナンド (いち 牛)き	乳、じゃが芋のチー	-ズ焼 牛乳、ハッピーターン	牛乳、米粉ホットケーキ	牛乳、星たべよ	麦茶、ヨーグルト
午前	17 牛乳	1	18 麦茶、ぱりんこ		20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、ヨーグルト
昼食	ご飯、さばのま くらの梅和え、 みそ汁、オレン	さつま芋の 餃子	ゃんぽんラーメン、! 子(ライスペーパー) ナナ		ご飯、たらのレモン風味焼き、切干し大根の旨煮、具だくさんすまし汁、オレンジ	ご飯、鶏肉の粉チーズ焼き、はるさめサラダ、じゃかいものスープ、りんご	カレーうどん、キャベツと ツナのサラダ、バナナ
午後	牛乳、ハッピー	-ターン 牛うろ	乳、おにぎり(とり))そぼ 牛乳、星たべよ	牛乳、ソフトサラダ	牛乳、スイートポテト	麦茶、星食べよ
午前	24	2	25 麦茶、ぱりんこ	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ハッピー ターン
昼食	振替	味	うもろこし御飯、鮭で噌焼き、かぼちゃの1 、玉ねぎのみそ汁、2 缶	甘・「未初ハン、クリームシ	ご飯、豆腐の中華煮、きゅうりとささみのごまサラダ、なめこのみそ汁、りんご	ご飯、たらのごま風味焼き、さつまいもサラダ、豆腐すまし汁、グレーブフルーツ	ご飯、スタミナ納豆、ほうれん草とツナのあえ物、わかめのみそ汁、りんご
午後		牛	乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり(さけ)	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶、フルーツヨーグルト	麦茶、ヨーグルト

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー献立担当の方からのメッセー

銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。

この時期はお米やお芋が美味しくなります。皆さんもお芋掘りに行きましたか?今回は さつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい匂いと甘 塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。





月曜日 🗼	火曜日	水曜日	木曜日	→ ★金曜日	土曜日
* *				<u> </u>	1 麦茶、ぱりんこ
* 🐸 *	季節の野			*	豚丼、きゅうりの中華風サ ラダ、豆腐スープ、オレン シ
	U				麦茶、ホームパイ
3	4 麦茶、ヨーグルト	5 牛乳	6 野菜ジュース	7 牛乳	8 麦茶、ぽたぽた焼
文化の日	ご飯、ぶりのみそ照り焼き、さつま芋素揚げ、えのきのすまし汁、バナナ	ご飯、肉豆腐、小松菜のごまマヨ和え、さつまいもとしめじのみそ汁、りんご	たけのこ御飯、田舎煮、も やしの納豆和え、凍り豆腐 のみそ汁、柿	なすミートスパゲティー、 ポテトサラダ、おくらスー ブ、オレンジ	鶏肉の照り焼き丼、枝豆の 白和え、パナナ
	牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ぽたぽた焼き	牛乳、昆布とツナのおにぎ り	麦茶、カルシウムせんべい
10 牛乳	11 麦茶、鉄入りウエハース	12 牛乳	13 乳酸菌飲料	14 牛乳	15 麦茶、うす焼きせんべい
ご飯、たらのコーンマヨ ネーズ焼き、さつま芋と昆 布の煮物、わかめのすまし 汁、みかん	ご飯、豚肉の柳川風煮物、 大豆とひじきのサラダ、豆 腐のみそ汁、バナナ	ご飯、豆腐の肉あんかけ、 かぼちゃサラダ、ニラの スープ、パイン缶	ご飯、焼肉、はるさめサラダ、切り干し大根のみそ 汁、りんご	ご飯、さわらの香味焼き、 厚揚げとじゃが芋のそぼろ 煮、かぶのみそ汁、バナナ	チキンライス、さつま芋の 甘煮、わかめスープ、グ レーブフルーツ
牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、じゃが芋のチーズが き	井乳、ぽたぽた焼き	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、星たべよ	麦茶、ココナッツサブレ
17 牛乳	18 麦茶、ぱりんこ	19 牛乳	20 りんごジュース	21 牛乳	22 麦茶、カルシウム せんべい
ご飯、さばのおろし煮、お くらの梅和え、さつま芋の みそ汁、オレンジ	ちゃんぽんラーメン、ツナ 餃子、バナナ	かめ ブロッコリーのおか	ご飯、たらのレモン風味焼き、切干し大根の旨煮、具だくさんすまし汁、オレンジ	ご飯、鶏肉のパン粉焼き、 はるさめサラダ、じゃかい ものスープ、りんご	カレーうどん、キャベツと ツナのサラダ、バナナ
牛乳、ビスコ	3)	十孔、重に八よ	牛乳、たべっこどうぶつ	牛乳、スイートポテト	麦茶、ギンビスアスパラガ ス
24	25 麦茶、たべっこど うぶつ	26 牛乳	27 オレンジジュース	28 牛乳	29 麦茶、ビスコ
振替休日	とうもろこし御飯、鮭の梅 味噌焼き、かぼちゃの甘	パン・食パン、クリームシ	ご飯、豆腐の中華煮、きゅうりとささみのごまサラダ、なめこのみそ汁、りんご	ご飯、たらのごま風味焼き、さつまいもサラダ、豆腐すまし汁、グレープフルーツ	ご飯、スタミナ納豆、ほう れん草とツナのあえ物、わ かめのみそ汁、りんご
	牛乳、フライドポテト	牛乳、おにぎり(さけ)	牛乳、米粉蒸しパン	麦茶、フルーツヨーグルト	麦茶、白い風船
	10 牛乳 ご飯、たらのコーンマヨ ネーズ焼き、さかめのすました。 ジャムサンド (いちご) 17 牛乳 ご飯のおろし煮、おくらの梅和え、シジャス・オレンジ 牛乳、ビスコ 24	3 4 麦茶、ヨーグルト ご飯、ぶりのみそ照り焼き、さつま芋素揚げ、えのすまし汁、バナナ 中乳、ココナッツサブレ 中乳、ココナッツサブレ 中乳、ココナッツサブレ 大豆飯、豚肉の柳川風煮物、大豆とひじきのサラダ、豆腐のみそ汁、バナナ 中乳、ジャムサンド(いち 中乳、じゃが芋のチーズがき、さの梅和え、さつま芋のみそ汁、ボナナ 18 麦茶、ぱりんこ 17 中乳 18 麦茶、ぱりんこ ご飯、さばのおろし煮、おららの神和え、さつま芋のみそ汁、ボナナ 中乳、ガレンジ 中乳、おにぎり(とりそぼろ) 24 25 麦茶、たべっこどうぶつ 25 麦茶、たべっこどうぶのみそ汁、みかん缶	季節の野菜や果物を食べたけのこか梨などがありまたけのこか梨などがありまたけのこか梨などがありまたけのこか梨などがありまたけのこか梨などがありまたけのこか梨などがありまたけのこか梨などがありまたけん。このみそ照り焼き、さつます素揚げナーキ乳、こつまいもとしめしのみそ汁、りんご中乳、ココナッツサブレキ乳、じゃこマヨトーストキ乳、たらのコーンマヨスース株の意物、わかめのすましたの意物、わかめのすました。この、豚肉の柳川風煮物、大豆とひじきのサラダ、豆腐の肉あんかけ、かぼうゃサラダ、ニラのスープ、パイン缶キ乳、ジャムサンド(いちきき)のみそ汁、パナナキ乳、ごもいの梅和え、さつまずのかれる。さいまずのカそ汁、オレンジキ乳、どこのははんカーメン、ツナ飲子、バナナを子、バナナないでは、またほどのとのでは、またはのあるし煮、おくらの梅和え、さつまずのかれる。このははんカーメン、ツナ飲子、バナナないでは、またばのおろし煮、おくらの梅和え、さつまずのかれる。このははんカーメン、ツナ飲子、バナナないが和え、じゃが等フライ、コーのおかか和え、このでは、またべらでは、カースープ、梨牛乳、どスコキ乳、どスコキ乳、このように帰焼き、かばちゃのは、またべっことうらぶつとうもろこし御飯、鮭の梅味噌焼き、かばちゃのは、またべっことうらぶつとうもろこし御飯、鮭の梅味噌焼き、かばちゃのは、またべっことうらぶつとうもろこし御飯、鮭の梅味噌焼き、かばちゃのは、またべっことうもろこし御飯、鮭の梅味噌焼き、かばちゃのは、またべっことりまたが、カース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バススタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・アンスタサラダ、バカース・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア	*** ** ** ** ** ** ** ** ** *	本節の野菜や果物を食べてみよう☆ たけのこ や梨などがありますよ!





銀杏の葉が黄色く、紅葉の葉は赤色に色づく美しい季節になりました。 この時期はお米やお芋が美味しくなります。皆さんもお芋掘りに行きましたか?今回は さつまいもではなく、じゃが芋を使ったカリカリのフライとお味噌の香ばしい匂いと甘 塩っぱい味で、ご飯がいっぱい食べられる豚肉の味噌炒めの献立です。