

10月

よていこんだて

りす組 うさぎ組

深堀保育園

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
午前	令和6年度目標量エネルギー エネルギー 462kcal たんぱく質 17.3g 脂質 13.8g 塩分 1.5g 今月の一人当たりの栄養量 エネルギー 489kcal たんぱく質 18.6g 脂質 16.2g 塩分 1.6g	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食		ごはん 味のり 肉じゃが キャベツのゆかりあえ まいたけみそ汁 バナナ	ごはん ホッケの塩焼き おおか野菜 豆腐となめこのみそ汁 ゼリー	ごはん 豚肉と野菜の卵とじ 即席漬け じゃがいもみそ汁 パン缶	ごはん いわしのりんご煮 切干大根サラダ えのきと豆腐のみそ汁 グレープフルーツ	ごはん 照り焼きチキン フレンチサラダ 玉ねぎみそ汁 デザート
午後		トーストパン 手作りかぼちゃのスープ	牛乳 キャロット蒸しパン	牛乳 ポタポタせんべい	牛乳 バナナ ミレービスケット	幼児牛乳 おせんべい
	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	ポークカレーライス ごぼうサラダ 麦茶 ゼリー	御飯 鮭の焼魚 卵焼き 青菜おひたし 芋の子汁 ゼリー	ごはん チキンナゲット ココロなぞサラダ 南瓜のシチュー オレンジ	ごはん 鶏肉のにんにく風味煮 さっぱりポテトサラダ だいこんのみそ汁 りんご	ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ キャベツと油揚げの味噌汁 パン缶	ごはん イワシの梅煮 青菜黄菊のおひたし もやしみそ汁 デザート
午後	牛乳 せんべい(色々)	牛乳 ムーンライト	麦茶 ふりかけおにぎり	牛乳 ブルーベリーサンド	牛乳 胚芽クラッカー チーズ	幼児牛乳 おせんべい
	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	 スポーツの日	ごはん 鮭のムニエルトマトソース きのこのサラダ 豆腐みそ汁 りんご	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き ブロッコリーのおひたし キャベツスープ 桃のコンポート	さつま芋ごはん 野菜炒め 根菜汁 バナナ	ごはん ハンバーグ つけあわせ マカロニスープ ヨーグルト	ごはん さばのみそ煮 ほうれん草コーンのお浸し 大根ころころスープ デザート
午後		牛乳 パン	幼児牛乳 さつまいもそのまんまクッキー	ワンタンスープ	麦茶 ミニたいやき	幼児牛乳 おせんべい
	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
午前	牛乳	牛乳	牛乳	ぶどうジュース	牛乳	幼児牛乳
昼食	親子丼 根菜汁 りんご	ごはん ゆかりふりかけ しゅうまい 春雨サラダ 中華スープ 桃のコンポート	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 ほうれん草のマヨネーズ和え えのきとわかめの味噌汁 バナナ	ロールパン 海老マカロニグラタン 野菜スープ ゼリー	ごはん さばの香り焼き きんぴらごぼう さつま芋の味噌汁 みかん	ごはん 肉団子 甘酢野菜 はんぺんのすまし汁 デザート
午後	牛乳 減塩えびせん	幼児牛乳 スイートポテト	牛乳 柿 ホームパイ	牛乳 ケーキ	牛乳 マカロニきな粉	幼児牛乳 おせんべい
	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)		
午前	牛乳	幼児牛乳	牛乳	牛乳		
昼食	きのこのハヤシライス ポイルウイナー かぶときゅうりのサラダ ジョア	ごはん 鶏ささ身のケチャップあん きゅうりと人参の昆布和え しめじとわかめのみそ汁 オレンジ	うどん かきあげ天ぷら きゅうりとわかめの酢の物 ヨーグルト	ごはん かぼちゃひき肉フライ 変わりサラダ かき玉汁 ハロウィンゼリー	● 午前中、飲み物の他に幼児用お菓子がつきます。 ● りす組は月齢によってメニューが変更になる場合があります。 ● おにぎりデーは12月から再開に変更になりました。よろしくお祈りします。	
午後	牛乳 雪の宿せんべい	ぶどうゼリー 小魚	牛乳 かりんとう	りんごジュース サラダせんべい	 お休みです	

なんちようさん
ちほうこんだて



ウイナー
(28日)
ゆかり(22日)

なんちようさん
ちほうこんだて



ハンバーグ
(18日)
ぶどうゼリー
(29日)