

きゅうしょくだより 10月

慶光こども園

令和8年9月30日発行

月	火	水	木	金	土
今月のお弁当日は 10月14日（水）			1 ・すき焼き風 ・わかめの酢の物 ・トマト	2 ・鮭のちゃんちゃん蒸し ・切昆布の当座煮 ・オレンジ	3 ・うどん ・薩摩芋天 ・バナナ
			・南瓜餃子 ・牛乳	・フレンチトースト ・牛乳	・クッキー
5 ・まさご焼き ・キャベツのおかか和え ・リンゴ	6 ・秋野菜カレー ・青梗菜の中華サラダ ・オレンジ	7 ・魚のフライ ・三色野菜の胡麻和え ・南瓜のミルク煮 ・バナナ	8 ・高野豆腐の卵とじ ・リンゴのサラダ ・トマト	9 ・豆腐のミートローフ ・きのこスパゲティ ・人参グラッセ ・オレンジ	
・チーズサブレ ・牛乳	・ぶどうゼリー ・牛乳	・わかめおにぎり ・牛乳	・ホットケーキ ・牛乳	・じゃが丸君 ・牛乳	
12 スポーツの日	13 ・レバーの味噌炒め ・ひじきの華風和え ・リンゴ	14 	15 ・ニラ豚 ・マカロニサラダ ・オレンジ	16 ・ピザ風卵焼き ・肉と野菜の 変わり金平 ・バナナ	17 ・野菜ラーメン ・シューマイ ・オレンジ
	・みたらし団子 ・牛乳		・スイートポテト ・牛乳	・豆乳もち ・牛乳	・プリン
19 ・肉じゃが ・切干大根の和え物 ・ししゃも ・リンゴ	20 ・肉団子のスープ ・味噌ドレサラダ ・バナナ	21 ・魚のムニエル タルタルソース ・ほうれん草のソテー ・オレンジ	22 ・炒り卵の ミートソースかけ ・ひじきの煮物 ・リンゴ	23 ・豚肉の生姜焼き ・ブロッコリーの ホットサラダ ・煮豆 ・バナナ	24 ・親子丼 ・味噌汁 ・リンゴ
・チョコチップスコーン ・牛乳	・キャラメルポテト ・牛乳	・黒糖ラスク ・牛乳	・ウインナー蒸しパン ・牛乳	・じゃこおにぎり ・牛乳	・シューマイ
26 ・タンドリーチキン ・ごまじゃこサラダ ・焼き南瓜 ・オレンジ	27 ・豆乳入りシチュー ・ツナとわかめの さっと煮 ・リンゴ	28 ・魚のかば焼き風 ・野菜の納豆和え ・レタス ・バナナ	29 ・筑前煮 ・野菜のナムル ・かえり ・トマト	30 誕生日会 ・ハンバーグ ・彩サラダ ・ポテトサラダ ・オレンジ 	31 ・ナポリタン ・具たくさんスープ ・バナナ
・ボン・デ黒糖 ・牛乳	・バナナケーキ ・牛乳	・お好み焼き ・牛乳	・フルーツヨーグルト ・牛乳	・ショートケーキ ・牛乳	・菓子パン

※都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。