

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前			1	とうにゅう	2	ぎゅうにゅう	3	りんごジュース	4	とうにゅう	5	
昼食			さけと きのこのごはん たまごじに さつまいもサラダ		しょくパン にんじんポタージュ とうにゅう ドレッシングあえ バナナ		げんまいりごはん ちくわいそべあげ きりほしごまマヨあえ そうめんじる		ごはん ヤンニョムチキン はるさめサラダ ごもくスープ		カレーライス ヨーグルト	
午後			ぎゅうにゅう バームクーヘン		ぎゅうにゅう ☆おおむぎいり おはぎ		ぎゅうにゅう ☆ブアマンケーキ		のむヨーグルト ビスケット		せんべい	
午前	7	とうにゅう	8	ぎゅうにゅう	9	とうにゅう	10	のむヨーグルト	11		12	
昼食	そぼろ たきこみごはん あつやきたまご わふうサラダ はくさいのみそしる		ごはん にこみハンバーグ ブロッコリーの ミモザサラダ ポテトスープ		おおむぎいりごはん がんせきあげ (星)にまめ こまつなの なっとうあえ のっぺいじる		カレーライス しょうゆ ドレッシングあえ				ジャージャーめん のむヨーグルト	
午後	ぎゅうにゅう ☆バナナマフィン		ヨーグルト せんべい		ぎゅうにゅう ☆きなこ クリームサンド		ぎゅうにゅう アップルパイ				パイ	
午前	14		15	のむヨーグルト	16	りんごジュース	17	ぎゅうにゅう	18	とうにゅう	19	
昼食	スポーツの日		ごはん さかなのフライ マカロニサラダ やさいスープ		おおむぎいりごはん ふたにくと だいすのいそに にくだんご うめドレッシングあえ		おべんとうの日 (空星は給食) ごはん ビーフシチュー ツナサラダ		ごはん マーボーどうふ れんこんサラダ りんご		ナポリタン のむヨーグルト	
午後			ぎゅうにゅう ☆ふのラスク (星)せんべい		ココア ☆きなこむしばん		ぎゅうにゅうプリン せんべい		のむヨーグルト ビスケット		せんべい	
午前	21	とうにゅう	22	ぎゅうにゅう	23	とうにゅう	24	のむヨーグルト	25	ぎゅうにゅう	26	
昼食	ごはん さつまあげ ひじきナムル ごもくじる		ごはん はっぼうさい あげぎょうぎ おからいり ポテトサラダ		たんじょうかい ごはん シェパーズパイ ブロッコリーしおゆで ポトフ		にんじん じゃごごはん レバーみそ ツナサラダ とうふのみそしる バナナ		げんまいりごはん ごもくに キャベツの ゴママヨあえ		いなりすし とんじる ヨーグルト	
午後	ぎゅうにゅう バームクーヘン		のむヨーグルト ☆とうにゅうもち (未満児)せんべい		ぎゅうにゅう ☆セサミドーナツ		ぎゅうにゅう パイ		ぎゅうにゅう ☆やきおにぎり		おこめの スイートポテト	
午前	28	とうにゅう	29	のむヨーグルト	30	とうにゅう	31	ぎゅうにゅう				
昼食	ごはん ふたにくの しょうがやき キャベツの たんたんふうスープ みかん		ごはん さばのカレーあげ はるさめの ごますあえ とんじる		げんまいりごはん ふたにくと だいこんのもの あげだいのすの こさかながらめ (空星) シュウマイ やみつぎキャベツ		ごはん ローストチキン かぼちゃの ゴマネースあえ だいこんスープ					
午後	ヨーグルト せんべい		ぎゅうにゅう ☆おにまんじゅう		ぎゅうにゅう あずきロール		☆ハロウィンデザート					

☆はてづくりおやつです。

10月の給食	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
目標量(3~5歳児)	576Kcal	23.0g	16.0g	259mg	1.6g
平均(3~5歳児)	544Kcal	21.9g	16.4g	284mg	2.0g
目標量(1~2歳児)	472Kcal	18.9g	13.1g	216mg	1.5g
平均(1~2歳児)	452Kcal	18.5g	14.5g	291mg	1.5g