



# レオラ

## 2019年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5
昼食		御飯、肉じゃが、きゅうりの昆布あえ、大根の味噌汁	あんかけうどん、大根とツナのあえ物、みかん	鮭わかめご飯、厚揚げのそぼろ煮、きのこのすまし汁	御飯、魚の野菜あんかけ、大豆スープ、梨のコンポート	ツナひじきチャーハン、ほうれん草の白和え、春雨スープ
午後		牛乳、キャロットケーキ	さつまいもおにぎり	牛乳、りんごゼリー	牛乳、ジャムトースト	牛乳、マカロニきな粉
	7	8	9	10	11	12
昼食	御飯、豚と小松菜の味噌炒め、もやしのごま酢あえ、玉ねぎスープ	三色丼、さつまいもの味噌汁、桃	御飯、さばのみそ煮、ブロッコリーのごまあえ、豆腐のすまし汁	ちゃんぽんラーメン、はるさめサラダ、パイナップル	御飯、肉豆腐、キャベツの塩昆布和え、ほうれん草の味噌汁	ひじきご飯、高野豆腐の卵とじ、もやしの味噌汁
午後	牛乳、かぼちゃケーキ	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、芋もち	鮭おにぎり	牛乳、バナナ蒸しパン	牛乳、みるくもち
	14	15	16	17	18	19
昼食		御飯、ポトフ、かぼちゃのサラダ、りんごのコンポート	キッズビビンバ、カニカマサラダ、卵スープ	御飯、白身魚のマヨネーズ焼、ブロッコリーのサラダ、キャベツのスープ	きつねうどん、さつまいもの甘煮、みかん	チキンライス、ジャーマンポテト、豆腐スープ
午後		牛乳、きな粉トースト	牛乳、豆腐のパンケーキ	牛乳、ほうれん草ケーキ	ウインナーおにぎり	牛乳、クッキー
	21	22	23	24	25	26
昼食	御飯、鶏つくねのあんかけ、いんげんのごまよごし、玉ねぎの味噌汁		御飯、マーボー豆腐、ほうれん草ナムル、わかめスープ	塩焼きそば、トマトと卵のスープ、りんごのコンポート	木の葉丼、きゅうりのごまサラダ、えのきの味噌汁	御飯、カレイの煮つけ、大豆とひじきの煮物、かぼちゃの味噌汁
午後	牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、大学芋	じゃこおにぎり	牛乳、ピザトースト	牛乳、ココアホットケーキ
	28	29	30	31		
昼食	御飯、ハンバーグ、ポテトサラダ、豆腐の味噌汁	御飯、豆腐のカレーチャンブル、コーンスープ、パイナップル	御飯、タラの照り焼き、カニカマときゅうりのごま酢和え、青菜のすまし汁	ハロウィンカレーライス、さつまいもサラダ、梨のコンポート		
午後	牛乳、オレンジ蒸しパン	牛乳、人参ドーナツ	牛乳、小松菜ケーキ	牛乳、かぼちゃプリン		

※アレルギー除去食、体調不良のお子様には別メニューで対応致します。

※午前のおやつは牛乳と簡単なビスケット・おせんべい等になります。

※食材の購入や行事等によって、献立の一部を変更することがあります。

