

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	10月6日は十五夜です。🌕 十五夜には「お月見」をし、月に見立てたお団子を食べる習慣があります。もちもちの「みたらしかぼちゃもち」をお月さまに感謝しながら、おいしくいただきます！		1 ベビーチーズ	2 クラッカー	3 ドライブルーン	4
昼食	10月17日は「沖縄そばの日」です。 沖縄そばの呼び名が正式に認められたことを記念して制定されました。🍜		ご飯（胚芽米） レバーの南蛮漬け 豚汁	ご飯（胚芽米） チキンパン粉焼き せんぎり炒め スープ（オグザイ・玉ねぎ）	ご飯（胚芽米） 鮭の磯辺焼き 野菜炒め みそ汁（冬瓜）	運動会
午後			焼きいも パイナップル／保育乳	野菜ブリッツ 柿／保育乳	厚揚げの煮付け みかん／保育乳	
午前	6 クラッカー	7 ドライブルーン	8 ベビーチーズ	9 クラッカー	10 ドライブルーン	11 クラッカー
昼食	ご飯（胚芽米） 豚肉のしょうが焼き もずくの和え物 みそ汁（大根）	チーズガーリックトースト チキンのクリーム煮 わかめのサラダ	ご飯（胚芽米） 松風焼き（豆腐入り） ひじきとコーンサラダ すまし汁（ほうれん草・しめじ）	ご飯（胚芽米） チキンカツ 切り干し大根のサラダ みそ汁（かぼちゃ）	栗ごはん 鯖の煮付け みそ汁（豆腐） コールスローサラダ	ナポリタン ポトフ
午後	かぼちゃのみたらし オレンジ／保育乳	混ぜこみひじきおにぎり りんご／保育乳	にんじんケーキ ブルーン／保育乳	豆乳くずもち バナナ／保育乳	チーズチヂミ 梨／保育乳	菜飯おにぎり 果物／保育乳
午前	13	14 ドライブルーン	15 ベビーチーズ	16 クラッカー	17 ドライブルーン	18 クラッカー
昼食	 スポーツの日		ご飯（胚芽米） 麻婆豆腐 中華スープ（オグザイ） 付け合わせ（きゅうり）	鮭ときこの混ぜご飯 五目さんびら（春雨） みそ汁（白菜・油あげ）	チキンカレー ごぼうサラダ	沖縄そば デークニーイリチー 
午後			ココアトースト グレープフルーツ／保育乳	オートミールバー みかん／保育乳	キャロットゼリー ブルーン／保育乳	わかめおにぎり 柿／保育乳
午前	20 クラッカー	21 ドライブルーン	22 ベビーチーズ	23 クラッカー	24 ドライブルーン	25 クラッカー
昼食	ミートスパゲティ 茹でブロッコリー ベジタブルスープ	ご飯（胚芽米） チキンのバジル焼き ほうれん草とコーンのバター醤油炒め みそ汁（しめじ・えのき）	おこわ きびなごの唐揚げ 貝だくさんみそ汁	お弁当		ご飯（胚芽米） 厚揚げの五目うま煮 付け合わせ（トマト） みそ汁（じゃがいも）
午後	サケおにぎり キウイ／保育乳	かぼちゃ天ぷら りんご／保育乳	ココアスコーン 梨／保育乳	ケーキ ブルーン／ヤクルト	黒糖アガラサー バナナ／保育乳	焼きそば 付け合わせ（きゅうり） 中華スープ（いも・わかめ）
午前	27 クラッカー	28 ドライブルーン	29 ベビーチーズ	30 クラッカー	31 ドライブルーン	10月31日はハロウィーン・・・ヨーロッパが起源の秋の収穫のお祝いと悪霊を追い出すお祭り ※食材料の仕入れ状況により献立が変更となることがあります
昼食	もずく丼 付け合わせ（きゅうり） みそ汁（豆腐・小松菜）	ご飯（胚芽米） 鯖の塩焼き フーチャンブルー ゆし豆腐（みそ）	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き 付け合わせ（きゅうり） ミネストローネ	ご飯（胚芽米） 豆乳鍋（春雨） 大根ときゅうりのゆかりあえ	バターライス（パセリ） かぼちゃシチュー ひじきとごぼうサラダ	
午後	のりごまクッキー 柿／豆乳	さつま芋チップ バナナ／保育乳	ツナおにぎり パイナップル／保育乳	フルーツポンチ 保育乳	黒ごまプリン  梨／保育乳	