



10月よていこんだて表



吉備中央町

2(月)		3(火)		4(水) なかよし献立		5(木) なかよし献立		6(金)		7(土) なかよし献立	
ウエハース		ビスケット		えびせん		せんべい		クッキー		せんべい	
麦ごはん タンドリーチキン ほうれん草のナムル コロコロスープ オレンジ		ロールパン ポークビーンズ パスタサラダ コンソメスープ 梨		ごはん 凍り豆腐と鶏肉の煮物 鉄骨サラダ 大根とわかめのみそ汁 パイン缶		ごはん 豚のママレード焼き キャベツとパインのサラダ 春雨スープ オレンジ		ごはん ししゃもの磯部揚げ ブロッコリーサラダ 豆乳みそ汁 バナナ 牛乳(3上)		中華丼 わかめスープ バナナ	
牛乳、バナナケーキ		牛乳、おにぎり(おかかチーズ)		牛乳、カステラ		牛乳、もちもちカップパン		ヨーグルト、プルーン		牛乳、ビスケット	
9(月)		10(火)		11(水)		12(木) お誕生日会		13(金)		14(土)	
午前		クラッカー		ポーロ		せんべい		ビスケット		ウエハース	
昼食  スポーツの日		ごはん 魚フライ(タルタルソース) 小松菜の納豆あえ 豆腐としめじのみそ汁 オレンジ		そぼろ丼 野菜スティック すまし汁 バナナ		炊き込みごはん 鶏の香味焼き ポテトサラダ ブロッコリー わかめスープ りんご		麦ごはん 豚の角煮 野菜のみそマヨ和え かき玉汁 バナナ 牛乳(3上)		サンドイッチ バナナ 牛乳	
午後		牛乳、せんべい		牛乳、シュガーラスク		牛乳、ミニクリームパン		牛乳くす餅		牛乳、クッキー	
16(月) なかよし献立		17(火)		18(水) なかよし献立		19(木)		20(金) なかよし献立		21(土)	
午前		せんべい		シガーフライ		えびせん		クッキー		ビスケット	
昼食 ごはん 魚の麹焼き 白和え 大根とわかめのみそ汁 バナナ		ナポリタン ひじきとキャベツのサラダ 野菜スープ パイン缶		ごはん 肉じゃが ブロッコリーのごまあえ あさりのみそ汁 もも缶		コッペパン れんこんハンバーグ マカロニサラダ コーンスープ オレンジ		ごはん 鶏の焼きから揚げ(ごま) 切干し大根の含め煮 すまし汁 バナナ		カレーうどん バナナ	
午後		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、おからドーナツ		牛乳、フレンチトースト		牛乳、たぬきおにぎり		牛乳、スイートポテト	
牛乳、クラッカーサンド		牛乳、おからドーナツ		牛乳、フレンチトースト		牛乳、たぬきおにぎり		牛乳、スイートポテト		牛乳、ドーナツ	
23(月)		24(火) なかよし献立		25(水)		26(木) なかよし献立		27(金)		28(土)	
午前		えびせん		おかき		クラッカー		クッキー		ウエハース	
昼食 麦ごはん きのこのマカロニグラタン ブロッコリーのゆかり和え コンソメスープ 梨		ごはん さばの焼きおろし煮 伴三糸 かぼちゃのみそ汁 バナナ		鶏肉の照り焼き丼 カラフルサラダ わかめスープ オレンジ		ごはん 松風焼き ひじきの煮物 すまし汁 柿		ポークカレー ゆでたまご バリバリサラダ バナナ		サンドイッチ バナナ 牛乳	
午後		牛乳、ピザまん		牛乳、サブレ		牛乳、キャロットチーズパン		牛乳、ふかし芋、おやつ小魚		牛乳、ジャムサンド	
牛乳、ピザまん		牛乳、サブレ		牛乳、キャロットチーズパン		牛乳、ふかし芋、おやつ小魚		牛乳、ジャムサンド		牛乳、サブレ	
30(月) なかよし献立		31(火)									
午前		クラッカー		ポーロ							
昼食 ごはん チャブチェ かぼちゃの甘煮 中華スープ バナナ		麦ごはん 鮭のごまみそ焼き ごぼうサラダ かき玉汁 みかん缶									
午後		牛乳、ストーンクッキー		牛乳、ひじき入りお好み焼き							