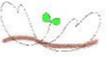


日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2 ごはん 鶏肉のねぎ焼き 高野豆腐の含め煮 青菜の磯和え えのきみそ汁 	3 コッペパン ポークチャップ わかめとコーンのソテー キャロットサラダ パンプキンシチュー  ★ハリハリおにぎり	4 ごはん 魚のもみじ焼き じゃがいもごまみそかけ 植なます 麩のすまし汁  フルーツゼリー シンガーフライ	5 親子貸出   ●いりご飯 まんぼのけんちゃん なすのみそ汁 果物  ●あげびっぴ 牛乳	6   もち麦ごはん とん平焼き 炊き合わせ 青菜とえのきのポン酢和え のりのみそ汁  ●じゃこマヨトースト 牛乳	7 運動会 
8	9 スポーツの日	10  食パン サクサクチキン かぼちゃの甘煮 キャベツのサラダ ミネストローネ 海鮮塩焼きそば	11  お話し会 ごはん ●ししゃもの南蛮漬け 金時豆の煮物 プロッコリーのおかか和え 油揚げのみそ汁 全粒粉パン	12  秋の実りホワイトカレー ツナサラダ 果物 ★豆腐レモンパンケーキ 牛乳	13 健脚活動  お弁当の持参を お願いします。  ミルクきなこもち	14  豆乳クリームスパゲティ 果物 バナナカステラ 牛乳
15	16 ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 里芋の煮物 春雨の和え物 わかめのすまし汁 	17  入園見学会 コッペパン 豚肉のマーマレード焼き ジャーマンポテト カラフルサラダ ミルクスープ さつまいもの揚げ饅頭 牛乳	18  入園見学会 ごはん さばの塩焼き 五目煮豆 水菜の梅おかか和え 具だくさんみそ汁 ビーフンソテー	19  誕生会   赤飯 ●鶏肉の塩麹唐揚げ さつまいもの彩りサラダ 根菜入り豆乳みそスープ 果物(りんご) ★かぼちゃロールケーキ	20   赤米ごはん 回鍋肉 揚げ出しなす もやしのナムル もずくスープ  タマゴサンド 牛乳	21  わかめうどん 果物 リングドーナツ 牛乳
22	23  避難訓練 ごはん 肉じゃが ●ごまめ 海藻サラダ もやしのみそ汁 おたのしみ 牛乳	24  食パン スパニッシュオムレツ 人参のオレンジ煮 ●ごぼうサラダ ジュリアンスープ 梅ゆかりおにぎり	25  ごはん さごしの西京焼き きんぴられんこん きゅうりの酢の物 呉汁 カレーまん	26  乳児健診   さつまいもごはん もずくの天ぷら 花切大根のみそ汁 果物(柿) ●みたらし団子	27   熊山登山 育児相談 麦ごはん すき焼き風煮物 ●レバーかりんとう しらたきサラダ にらのみそ汁  チーズのポンデケージョ 牛乳	28  麻婆ラーメン 果物 レーズンパン 牛乳
29	30 お泊り説明会 ごはん 厚揚げと鶏肉のひじき煮 切干大根の焼きそば風 キャベツの塩昆布和え 長ねぎの赤だし 	31  桜小就学前検診 コッペパン ★豚肉とさつまいものカレー煮 ペンネペロンチーノ れんこんのごまドレサラダ コーンスープ ハロウィンマフィン 牛乳	★3上(つき・ほし・そら組)月・水は主食弁当持参をお願いします。		10月さくらんぼ カレンダー  * 食材などの都合により献立を変更することがあります	

★3上(つき・ほし・そら組)月・水は主食弁当持参をお願いします。

	3上主食弁当		布団持ち帰り日
	パンの日		絵本貸出日
	旬の食材(下線)		赤磐市保健行事
	かみかみメニュー(●)	★	新メニュー
	夕食もりもりデー		