

10月 3歳未満 Oisix献立						
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付			1日	2日	3日	4日
午前おやつ			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	10月 こんだてひょう		ごはん 鶏むねとさつまいもの和風クリーム 切干大根のハムサラダ みそ汁(わかめ・麩)	しらすごはん ブルコギ風炒め はくさいの塩昆布和え すまし汁(高野豆腐・なめこ) マスカットゼリー	ごはん ぶりだいこん ほうれん草の白和え みそ汁(じゃがいも・ごぼう) バナナ	ビビンバ丼 れんこんの青のり炒め 生揚げとねぎのスープ
午後おやつ			牛乳 トマトチーズマフィン	牛乳 焼きうどん(鶏もも)	牛乳 きな粉入り豆乳寒天	牛乳 ブルーベリースコーン
カロリー			474 kcal	450 kcal	471 kcal	483 kcal
日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん チキンチャップ だいこんとにんじんのしらすサラダ みそ汁(さといも・はくさい) マスカットゼリー	豚のあんかけ焼きそば 竹輪の甘辛炒め すまし汁(じゃがいも・こまつな)	ごはん 家常豆腐(鶏ひき) ほうれん草ともやしのナムル 春雨スープ(なると・わかめ)	ごはん さわらの竜田揚げ にんじんとピーマンのおかか和え みそ汁(高野豆腐・玉ねぎ) かき	ひじきの混ぜごはん 鶏むねとはくさいの旨煮 さつまいもとれんこんの金平 けんちん汁	豚の甘辛丼 かぼちゃサラダ(ドレッシング) みそ汁(油揚げ・キャベツ)
午後おやつ	牛乳 コーンフレークおこし(ココア味)	牛乳 小魚きつねごはん	牛乳 ツナマヨドレトースト	牛乳 中華風ビーフン	牛乳 こまつなとコーンのケーキ	牛乳 フライドポテト(しお)
カロリー	457 kcal	479 kcal	490 kcal	454 kcal	469 kcal	462 kcal
日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日
午前おやつ		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	 スポーツの日		ロールパン さつまいものグラタン きゅうりのマカロニサラダ コンソメスープ(にんじん・ベーコン)	しらすごはん ブルコギ風炒め はくさいの塩昆布和え すまし汁(高野豆腐・なめこ) マスカットゼリー	ごはん ぶりだいこん ほうれん草の白和え みそ汁(じゃがいも・ごぼう) バナナ	ビビンバ丼 れんこんの青のり炒め 生揚げとねぎのスープ
午後おやつ			牛乳 小魚とわかめのごはん	牛乳 彩り納豆ごはん	牛乳 焼きうどん(鶏もも)	牛乳 きな粉入り豆乳寒天
カロリー			469 kcal	458 kcal	450 kcal	471 kcal
日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん チキンチャップ だいこんとにんじんのしらすサラダ みそ汁(さといも・はくさい) マスカットゼリー	豚のあんかけ焼きそば 竹輪の甘辛炒め すまし汁(じゃがいも・こまつな)	ごはん 家常豆腐(鶏ひき) ほうれん草ともやしのナムル 春雨スープ(なると・わかめ)	ごはん さわらの竜田揚げ にんじんとピーマンのおかか和え みそ汁(高野豆腐・玉ねぎ) かき	ごはん 鶏とれんこんの甘辛炒め こまつなとにんじんの納豆和え みそ汁(さつまいも・ごぼう)	豚の甘辛丼 かぼちゃサラダ(ドレッシング) みそ汁(油揚げ・キャベツ)
午後おやつ	牛乳 コーンフレークおこし(ココア味)	牛乳 小魚きつねごはん	牛乳 ツナマヨドレトースト	牛乳 中華風ビーフン	牛乳 なすとツナのトマトマカロニ	牛乳 フライドポテト(しお)
カロリー	457 kcal	479 kcal	490 kcal	454 kcal	460 kcal	462 kcal
日付	27日	28日	29日	30日	31日	
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 鶏とえのきのうま塩炒め 里芋の味噌マヨドレサラダ すまし汁(だいこん・わかめ)	ミートスパゲッティ ブロッコリーとコーンの炒めもの 豆乳スープ(はくさい・しめじ)	ロールパン さつまいものグラタン きゅうりのマカロニサラダ コンソメスープ(にんじん・ベーコン)	しらすごはん 豚のカラフル炒め はくさいとひじきの煮物 みそ汁(豆腐・なめこ) マスカットゼリー	ハロウィンチキンカレー 大根のツナマヨドレサラダ コンソメスープ(えのき・ほうれん草) なし	
午後おやつ	牛乳 豆乳きなこ棒	牛乳 小魚とわかめのごはん	牛乳 彩り納豆ごはん	牛乳 焼きうどん(鶏もも)	牛乳 パンプキンケーキ	
カロリー	450 kcal	469 kcal	458 kcal	470 kcal	500 kcal	