

10月の献立



古志ひまわり保育園

Tel : 23-1504 Fax : 23-1505
メールアドレス : koshi@h-himawari.net

*都合により、献立を変更する場合があります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 ごはん 豚肉と春雨の炒め物 さつま芋のムニエル みそ汁	3 ごはん がんもと人参の煮物 小松菜のソテー みそ汁	4 ごはん 秋の包み焼き 糸こんにゃくの炒め物 みそ汁	5 きのこごはん 厚揚げの 甘酢あんかけ 梅ごぼう みそ汁	6 ごはん 魚のんにく しょうゆ焼き アラメの炒め物 すまし汁	7 焼きうどん みそ汁
玄米焼きおにぎり 野菜 お茶	ラズク いりこ 牛乳	お月見団子 果物 お茶	ふかし芋 いりこ 牛乳	梅じゃごおにぎり 昆布 お茶	果物 するめ お茶
9 体育の日 	10 ごはん 麻婆豆腐 ニラともやしの浸し ワカメスープ	11 ごはん 煮魚 さつま芋のサラダ みそ汁	12 おいなりさん さつま芋と 糸昆布の煮物 すまし汁	13 つくし組食事公開 お弁当の日	14 五目ごはん みそ汁
	芋ごはんおにぎり 野菜 お茶	アラメおにぎり 野菜 お茶	焼きそば お茶	芋あんお焼き するめ 牛乳	パン 昆布 お茶
16 ごはん 高野の煮物 切干中華サラダ 魚団子のみそ汁	17 ごはん 焼き魚 キャベツの梅和え みそ汁	18 あかごはん 厚揚げと じゃが芋の煮物 マカロニサラダ みそ汁	19 ごはん 魚のムニエル 里芋の煮物 すまし汁	20 カうどん 結び昆布の煮物 もやしのナムル	21 運 動 会 
糸昆布のおにぎり 野菜 お茶	さつま芋の重ね煮 いりこ お茶	焼きカレーパン 昆布 お茶	マカロニぎなこ 野菜 牛乳	炒り米おにぎり するめ お茶	果物 いりこ お茶
23 ごはん 鶏手羽元の照り煮 もやしのソテー みそ汁	24 芋ごはん 魚の竜田焼き こんにゃくと ごぼうの煮物 みそ汁	25 ごはん 茶碗蒸し 酢ごぼう 煮豆	26 ごはん 手作りがんも さつま芋 人参のごま和え すまし汁	27 ごはん 焼き魚 青菜ともやしの浸し みそ汁	28 チキンライス もやしのスープ
大学芋 いりこ 牛乳	パンの耳かりんとう 野菜 牛乳	焼き芋 するめ 牛乳	焼き海苔おにぎり 昆布 お茶	人参おにぎり 野菜 お茶	パン 昆布 お茶
30 ごはん 厚揚げのごま味噌焼き アラメの煮物 すまし汁	31 ごはん イカと里芋の煮物 青菜ときのこのソテー みそ汁	 すっかり季節が夏から秋へと変わりました。夏の疲れや朝晩の冷え込みもあり、体調を崩す子どももちらほられます。これから日を追うごとに寒くなり、冬へと近づいていきます。体調を崩さないように気をつけていきましょう。 秋と言えば「食欲の秋」秋の味覚を味わいたいと思います。また、今年も毎年食べているカうどん”を前日に食べて21日の運動会を迎えたいと思います。			
干し天根のおにぎり 野菜 お茶	ジャムサンドパン いりこ 牛乳				

「おはぎ」食べたよ！



先月の20日(水)～26日(木)はお彼岸でした。
毎年保育園ではお彼岸に3月は「ぼたもち」9月は「おはぎ」を献立に取り入れています。今年は2日にわけ、21日(小豆おはぎ)と26日(きなこおはぎ)に食べました。みんなとても美味しそうに食べていましたよ。



<お知らせ>

- 13日(金)つくし組食事公開
沢山の参加をお待ちしています。
お弁当の日
つくし組以外のクラスはお弁当をお願いします。
- 20日(金)運動会献立
(カうどんを食べます。)
- こんにちは保育園です
10月17日(火)出西コミュニティセンター
11月21日(火)朱鷺会館
今年度も2会場で行い午前中の半日開催です。平日の忙しい時間ですが是非見にきてください。

