



よていこんだてひょう



たっこんどもえん 以上児

月	火	水	木	金	土
				1	2
				マカロニのクリーム煮 ウィナー ひじきサラダ ゼリー せんべい・牛乳	ナポリタン バナナ 牛乳
4	5	6	7	8	9
		ヤッホークラブ	おにぎりの日		
ニラ玉汁 鶏そぼろと厚揚げの煮物 ほうれん草と竹輪の和え物 ヨーグルト	けんちん汁 五色納豆 ゼリー	ヤッホーカレー ヨーグルト 	いものこ汁 グレープフルーツ	なめこ汁 タラの野菜あんかけ きゅうりのなめたけ和え ゼリー	希望保育
クッキー・牛乳	シナモントースト・牛乳	マーラーカオ・牛乳	ウィンナーサンド・牛乳	せんべい・牛乳	
11	12	13	14	15	16
	ヤッホークラブ				
卵豆腐のすまし汁 つくねの照り煮 <small>チンゲン菜とわかめ・カニカマの酢の物</small> ゼリー	大根のみそ汁 肉じゃが ヨーグルト	小松菜としめじのスープ 鶏肉のオーロラソース掛け カミカミサラダ ゼリー	秋の遠足 ※お家からのお弁当をお願いします。	ナスと油揚げのみそ汁 赤魚煮 白菜と鶏ささみのごま和え ヨーグルト	しょうゆラーメン バナナ 牛乳
ビスケット・牛乳	キッシュ・麦茶	チーズフランス・牛乳	せんべい・牛乳	ミニパン・牛乳	
18	19	20	21	22	23
	ヤッホークラブ	誕生日会			
レタススープ ミートローフ ごぼうのマヨサラダ ヨーグルト	マーボー豆腐 ぎょうざ りんご	ピラフ わかめスープ エビマヨ 野菜のナムル アイス	ほうれん草のみそ汁 焼き栗コロケ 野菜きんぴら オレンジ	キムチ鍋風 バンサンスー ゼリー	希望保育
クッキー・牛乳	小倉抹茶ケーキ・牛乳	カナッペ2種・牛乳	バームクーヘン・牛乳	ミニパン・牛乳	
25	26	27	28	29	30
	ヤッホークラブ			ハロウィン🎃	
かぶと厚揚げのみそ汁 肉団子 すき昆布の炒煮 ヨーグルト	まいたけ汁 さんまのカレー焼き さつま芋サラダ ゼリー	親子煮 春雨とわかめの酢の物 ヨーグルト	ミネストローネ 鶏肉のチーズ焼き プロコリーのマヨネーズがけ グレープフルーツ	パンプキンシチュー ハムカツ キヤベツとツナの和え物 ゼリー	うどん バナナ 牛乳
だんご・牛乳	たまごサンド・牛乳	カスタードケーキ・牛乳	せんべい・牛乳	パンプキンケーキ・牛乳	



10月の予定栄養摂取量

エネルギー	430kcal
タンパク質	20.5g
脂質	17.7g
塩分	1.9g

10月の行事予定

- 6日(水) さくらくみさんヤッホーカレー作り
- 7日(木) おにぎりの日 🍱
※お家からのおにぎりをお願いします。
- 14日(木) 秋の遠足
※お家からのお弁当をお願いします。
- 20日(水) お誕生会 🎂



6・12・19・26日は
ヤッホークラブ
です!!
お楽しみに♪

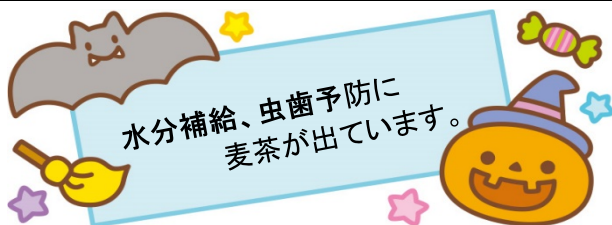


よていこんだてひょう



たっこんどもえん 未満児

月	火	水	木	金	土
				1	2
				ビスケット ごはん マカロニのクリーム煮 ウィンナー ひじきサラダ ゼリー せんべい・牛乳	ウエハース ナポリタン バナナ 牛乳
4	5	6	7	8	9
チーズ ごはん 鶏そぼろと厚揚げの煮物 ほうれん草と竹輪の和え物 ヨーグルト クッキー・牛乳	ポーロ ごはん けんちん汁 五色納豆 ゼリー シナモントースト・牛乳	豆乳 ごはん ヤッホーカレー ヨーグルト マーラーカオ・牛乳	ウエハース おにぎり いものこ汁 グレープフルーツ ミニパン・牛乳	ビスケット なめこ汁 タラの野菜あんかけ きゅうりのなめたけ和え ゼリー せんべい・牛乳	希望保育
11	12	13	14	15	16
バナナ ごはん 卵豆腐のすまし汁 つくねの照り煮 <small>チンゲン菜とわかめ・カニカマの酢の物</small> ゼリー ビスケット・牛乳	せんべい ごはん 大根のみそ汁 肉じゃが ヨーグルト キッシュ・麦茶	ビスケット ごはん 小松菜としめじのスープ 鶏肉のオーロラソース掛け カミカミサラダ ゼリー チーズフランス・牛乳	ポーロ 秋の遠足 せんべい・牛乳	豆乳 ごはん ナスと油揚げのみそ汁 赤魚煮 <small>白菜と鶏ささみのごま和え</small> ヨーグルト ミニパン・牛乳	ウエハース しょうゆらーめん バナナ 牛乳
18	19	20	21	22	23
せんべい ごはん レタススープ ミートローフ ごぼうのマヨサラダ ヨーグルト クッキー・牛乳	ビスケット ごはん マーボー豆腐 ぎょうざ りんご 小倉抹茶ケーキ・牛乳	ポーロ ピラフ わかめスープ エビマヨ 野菜のナムル アイス カナッペ2種・牛乳	チーズ ごはん ほうれん草のみそ汁 焼き栗コロケ 野菜きんぴら オレンジ バームクーヘン・牛乳	ウエハース ごはん キムチ鍋風 バンサンサー ゼリー ミニパン・牛乳	希望保育
25	26	27	28	29	30
ポーロ ごはん かぶと厚揚げのみそ汁 肉団子 すき昆布の炒煮 ヨーグルト スティックパン・牛乳	せんべい ごはん まいたけ汁 さんまのカレー焼き さつま芋サラダ ゼリー たまごサンド・牛乳	バナナ ごはん 親子煮 <small>春雨とわかめの酢の物</small> ヨーグルト カスタードケーキ・牛乳	ビスケット ごはん ミネストローネ 鶏肉のチーズ焼き <small>ブロッコリーのマヨネーズがけ</small> グレープフルーツ せんべい・牛乳	豆乳 ごはん パンプキンシチュー ハムカツ キャベツとツナの和え物 ゼリー パンプキンケーキ・牛乳	ウエハース うどん バナナ 牛乳



10月の予定栄養摂取量

- エネルギー 507kcal
- タンパク質 19.0g
- 脂質 15.7g
- 塩分 1.5g