



月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日

日曜日	行事						
	献立	1 ごはん 鶏肉のごまだれ焼き 里芋の煮物 ねばねば和え 豆腐のみそ汁	2 コッペパン ★カレーポテトグラタン 人参のオレンジ煮 カラフルサラダ ジュリアンスープ	3 文化の日	4 中華丼 ナムル ●果物(柿)	5 雑穀ごはん ●甘辛揚げ豚(レバー入り) かぼちゃの甘煮 大根ごま酢和え 豆腐のスープ	6 豆乳クリームスパゲティ 果物
	おやつ	おたのしみ	いなり寿司		りんごマフィン 牛乳	ジャムサンド 牛乳	マーラカオ 牛乳

7	行事						
	献立	8 ごはん ●ししゃもの素焼き 厚揚げと鶏肉のひき煮 いんげんのごまネーズ和え 白菜のみそ汁	9 夕食モリモリデー 青色パトカー安全教室 食パン 豚肉の香草焼き カリフラワーとしめじのソテー グリーンサラダ 豆乳みそスープ チーズ	10 ごはん さんまの塩焼き ●納豆の天ぷら 小松菜のごま和え えのきのみそ汁	11 さつまいもごはん おでん風煮物 わかめのみそ汁 果物	12 健脚活動 お弁当の用意を お願いします。	13 とろ玉肉うどん 果物
	おやつ	おたのしみ	ねったぼ ●煮干し	●みたらし団子	●塩麹クラッカー 牛乳	ピザマン 牛乳	スティックパン 牛乳

14	行事						
	献立	15 ごはん 肉豆腐 ●ごまめ キャベツの梅塩昆布和え 大根のみそ汁	16 3歳児健診 コッペパン スパニッシュオムレツ スパゲティマトソース れんこんゴマドレサラダ コーンチャウダー チーズ	17 アレルギーフリー(小麦・乳・卵) ごはん さばの竜田揚げ風 切り干し大根の煮物 もやしの酢の物 かぶのみそ汁	18 歯科検診 秋の実りホワイトカレー ツナサラダ ●果物(りんご)	19 誕生会 赤飯 ★鶏肉の塩麹磯辺焼き ●青菜とりんごの黒ごま和え 石狩汁	20 中華そば 果物
	おやつ	おたのしみ 牛乳	大根葉のおにぎり	★ココアパバロア	みそまんじゅう 牛乳	秋のロールケーキ	豆乳プリンタルト 牛乳

21	行事						
	献立	22 総合避難訓練 ごはん 鶏肉と納豆の炒め物 卵の花 ●はりはり漬け 麩のみそ汁	23 勤労感謝の日	24 ごはん 鮭のみみじ焼き 野菜のみそ煮 白菜とじゃこのポン酢和え ばち汁	25 肉みそ炊き込みご飯 梅ドレサラダ かみなり汁 果物(みかん)	26 内科検診 もち麦ごはん 鶏肉と根菜のピーナッツ和え チンゲン菜とコーンのソテー 和風ポテトサラダ もやしのみそ汁	27 和風スパゲティ 果物
	おやつ	おたのしみ 牛乳		●もちもちチーズパン 牛乳	★かぼちゃポーロ 牛乳	●黒糖ラスク 牛乳	あんパン 牛乳

28	行事			★3上(つき・ほし・そら組)月・水は主食弁当をお願いします。			
	献立	29 育児相談 ごはん 豚肉と白菜のみそ煮 高野豆腐のから揚げ 海藻和え のっぺい汁	30 乳児健康診査 食パン 中華ローストチキン さつまいものレモン煮 中華サラダ ワンドゥスープ	3上主食弁当	パンの日	旬の食材(下線)	かみかみメニュー(●)
	おやつ	おたのしみ	麻婆ラーメン	布団持ち帰り日	絵本貸出日	赤磐市保健行事	★新メニュー

3上主食弁当  
パンの日  
旬の食材(下線)  
かみかみメニュー(●)  
夕食モリモリデー

布団持ち帰り日  
絵本貸出日  
赤磐市保健行事  
★新メニュー

# 11月いちよの森 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