

2024



10月 こんだてひょう

今月の郷土料理	1 (か)	2 (すい)	3 (もく)	4 (きん)	5 (ど)
おざく (静岡県)	ごはん ぎゅうにくのみそいため レタス かぼちゃのにつけ フルーツ 422/326kcal	ごはん あつやきたまご ブロッコリーしおゆで ちくぜんに フルーツ 430/328kcal	ごはん ポークビーンズ なます フルーツ 389/295kcal	パン とうふナゲット トマト こまつなのミモザあえ フルーツ  408/269kcal	ごはん たにんに じゃがいものソテー フルーツ 378/286kcal
7 (げつ)	8 (か)	9 (すい)	10 (もく)	11 (きん)	12 (ど)
ごはん しろみさかなのいそべあげ ボイルキャベツ とんじる フルーツ 422/320kcal	ごはん カレー わふうサラダ フルーツ 414/314kcal	ごはん とりにくのマーメレードやき こふきいも ほうれんそうのごまあえ フルーツ 416/321kcal	ごはん さかなのコーンマヨネーズやき にんじんのグラッセ すみそあえ フルーツ 510/375kcal	パン スペインオムレツ ブロッコリーしおゆで マカロニサラダ フルーツ 449/293kcal	やきそば そばろに フルーツ 427/347kcal
14 (げつ)	15 (か)	16 (すい)	17 (もく)	18 (きん)	19 (ど)
 スポーツの日	ごはん あつやきたまご ブロッコリーしおゆで ちくぜんに フルーツ 430/328kcal	ごはん さばのかばやき きゅうりのしおもみ みそしる フルーツ 480/421kcal	ごはん ぎせいどうふ トマト さんしょくあまに フルーツ 508/376kcal	パン とうふナゲット トマト こまつなのミモザあえ フルーツ 408/269kcal	ごはん たにんに じゃがいものソテー フルーツ 378/286kcal
21 (げつ)	22 (か)	23 (すい)	24 (もく)	25 (きん)	26 (ど)
ごはん しろみさかなのいそべあげ ボイルキャベツ ★おざく フルーツ 422/309kcal	ごはん カレー わふうサラダ フルーツ 414/314kcal	ごはん とりにくのマーメレードやき こふきいも ほうれんそうのごまあえ フルーツ 416/321kcal	ごはん さかなのコーンマヨネーズやき にんじんのグラッセ すみそあえ フルーツ 510/375kcal	パン スペインオムレツ ブロッコリーしおゆで マカロニサラダ フルーツ 449/293kcal	やきそば そばろに フルーツ 427/347kcal
28 (げつ)	29 (か)	30 (すい)	31 (もく)	★21日の『おざく』は、 静岡県の郷土料理です。 おざくは、野菜をだし汁と醤油・ 砂糖で煮た野菜の汁物です。 野菜をざくざく切って作ることから、 『おざく』と呼ばれるようになったと 言われています。	
ごはん ポークビーンズ なます フルーツ 389/295kcal	ごはん ぎゅうにくのみそいため レタス かぼちゃのにつけ フルーツ 422/326kcal	ごはん さばのかばやき きゅうりのしおもみ みそしる フルーツ 480/421kcal	ごはん ぎせいどうふ トマト さんしょくあまに フルーツ 508/376kcal		

*エネルギー表示は 幼児/乳児 kcal となっています。

*仕入れ等の事情により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。