

スマイティ保育園 10月献立表

1日	日	自由献立	16日	月	三色そぼろ丼、豆腐のピカタきのこあんかけ、もやしのゴマ酢和え、味噌汁
2日	月	豚ニラ玉炒め、マーボー豆腐、和風焼きそうめん、味噌汁、ご飯	17日	火	揚げシュウマイ、蒸し鶏とキュウリの胡麻ソース、甘酢れん根、味噌汁、ご飯
3日	火	キャベツとソーセージの炒め物、かぼちゃのそぼろ煮、ほうれん草入りオムレツ、味噌汁、ご飯	18日	水	豚しょうが焼き、シーフード焼きビーフン、大根サラダ、味噌汁、ご飯
4日	水	ロースとんかつ、五目焼きビーフン、マッシュポテト、味噌汁、ご飯	19日	木	豚肉のアスパラ巻き天、切り干し大根煮、ポテトとチーズのオムレツ、味噌汁、ご飯
5日	木	鶏肉と野菜のトマト煮、シーフードマリネ、スパゲッティサラダ、コンソメスープ、ご飯	20日	金	親子丼、たたきキュウリの梅肉和え、ミニにゅうめん
6日	金	チーズハンバーグ、フライドポテト、ゆで玉子、シーザーサラダ、味噌汁、ご飯	21日	土	自由献立
7日	土	自由献立	22日	日	自由献立
8日	日	自由献立	23日	月	ぶり大根、カニカマの天ぷら、五目ひじき煮、味噌汁、ご飯
9日	月	自由献立	24日	火	和風豆腐ハンバーグ、オムライス、コールスローサラダ、味噌汁
10日	火	揚げ鮭の南蛮漬け、さつま芋の甘煮、ピーマンの塩こんぶ和え、味噌汁、ご飯	25日	水	鶏の唐揚げ、マーボー茄子、ポテ玉サラダ、味噌汁、ご飯
11日	水	鶏じゃが、ししゃもの唐揚げ、えのきのおかかボン酢、味噌汁、ご飯	26日	木	かつカレー、コーンサラダ、玉子スープ
12日	木	海老の子リソース、スクランブルエッグ、きのこウインナーのホイル焼き、味噌汁、ご飯	27日	金	ミックスサンド、フランクフルトソーテー、りんごサラダ、ポタージュスープ
13日	金	ドライカレー、ナポリタンスパゲッティ、コーンサラダ、コンソメスープ	28日	土	自由献立
14日	土	白身魚のフライ、ウインナーと野菜のケチャップ炒め、キュウリのなめ茸和え、味噌汁、ご飯	29日	日	自由献立
15日	日	自由献立	30日	月	牛肉とセロリのオイスター炒め、ポテトオムレツ、水菜とあげのさっと煮、味噌汁、ご飯
			31日	火	海老マカロニグラタン、チキンピラフ、カリフラワーのサラダ、コンソメスープ

※土日祝は、利用人数に応じた自由献立となります。