

令和4年 10月 予定献立表

寺田保育園

日	曜	主食	副 食		お や つ		行事
			共	食	10時(未満児)	3時(共通)	
1	土	パン	タイピーエン・しゅうまい・ゆでブロッコリー・りんご		じゃがスティック	おせんべい・バナナ	
3	月	ご飯	ホイコーロー・干大根さっぱりサラダ・清汁		南瓜ロースト	具そうめん	
4	火	パン	照り焼きチキン・ビーンズサラダ・スープ		りんご	ゴマ豆腐	
5	水	ご飯	じゃがいもと切昆布煮・ニラ入り卵焼き・トマト・味噌汁		バナナ	きゅうりハムサンド	
6	木	パン	魚のオランダ揚げ・チンゲン菜としめじのソテー・スープ		人参煮	フレークヨーグルト	
7	金	ご飯	浦上そばろ・きゅうりとワカメの酢の物・味噌汁		ゆでブロッコリー	丸ぼうろ・りんご	
8	土		▶ 運動会 ▶				
10	月		● スポーツの日 ●				
11	火	パン	巣ごもり卵・ココロポテサラ・スープ		オレンジ	枝豆・ソーセージ	
12	水	ご飯	魚のカレーパン粉焼き・カラフルサラダ・スープ		大根煮	おかかおにぎり	
13	木	ご飯	キッズビビンバ・ヤンニョムチキン風・チヨレギサラダ・フルーツミックス・スープ		クラッカー	ホットク風	誕生会
14	金	ご飯	秋茄子と豆腐そばろ煮・きゅうりの塩昆布和え・味噌汁		ヨーグルト	ラスク	
15	土	パン	和風スパゲティ・肉団子・レタス・りんご		コーンフレーク	焼き芋	
17	月	ご飯	すりみ揚げ・白菜のなめたけ和え・清汁		おせんべい	フルーツミックス	
18	火	パン	ウイナーシチュー・チキンナゲット・レタスとトマトのサラダ		野菜スープ	煮豆	
19	水	ご飯	親子丼・野菜の海苔じゃこ和え・りんご・味噌汁		さつま芋ロースト	お好み焼き	
20	木	パン	魚のオーロラソース・もやしとピーマンサラダ・スープ		ヒロス	おかし・バナナ	
21	金	ご飯	麻婆豆腐・キャベツのナムル・清汁		人参煮	グリーン蒸しパン	
22	土	パン	豚汁うどん・ちくわ詰め・スライスきゅうり・オレンジ		りんご	くずきなこ	
24	月	ご飯	カレーライス・マカロニツナサラダ・スープ		ビスケット	昆布・バナナ	
25	火	パン	豆腐の照り焼きタルタル・小松菜ソテー・スープ		チーズ	そばろおにぎり	
26	水	ご飯	魚と玉ねぎの味噌煮・きゅうりのごま和え・清汁		大根スティック	揚げパン	
27	木	パン	鶏肉のにんじんソース・キャベツコーンサラダ・スープ		バナナ	大学芋	
28	金	ご飯	すき焼き風煮・ブロッコリーの酢味噌和え・味噌汁		ごぼう煮	パインケーキ	
29	土	パン	皿うどん・かにかまと卵春巻き・レタス・りんご		トマト	フルーツヨーグルト	
31	月	ご飯	魚のホイル焼き・ほうれん草のナッツ和え・味噌汁		くずねり	かぼちゃクッキー	ハロウィン

※10時と3時おやつには牛乳・スキムミルク・野菜果物ジュース等が付きます



ハロウィンとは…？

ハロウィンとは11月1日の「万聖節の前夜祭」として行われるヨーロッパ発祥のお祭りです。日本でいうお盆のような行事です。仮装するのは先祖の霊と一緒に帰ってくる悪霊を怖がらせて追い払うためです。かぼちゃのランタンは「ジャックオーランタン」という名称で魔よけの役割もち、悪霊を追い払う力があるといわれています。

