

《10月 よていこんだて》



仙台幼稚園

エムカイワ株式会社

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
				1日 356kcal わかめごはん 鶏のから揚げ 切干大根煮 小松菜のナムル ウインナー みかん
4日 358kcal ゆかりごはん 春巻き 千ゲン菜の中華煮 豆腐とツナのソテー チーズ 洋梨	5日 356kcal ごはん ふりかけ ハンバーグ じゃがいものコンソメ炒め コールスローサラダ 玉子ロール パイナップル	6日 342kcal 菜めしごはん チキンカツ もやしの炒めもの きのことわかめの中華和え シュウマイ オレンジ	7日 356kcal ごはん 味付けのり コーンコロケ 白菜炒め 小松菜のお浸し かぼちゃの甘煮 グレープフルーツ	8日 360kcal ごはん のり佃煮 ウインナーフライ 焼きうどん 大根サラダ がんも煮 黄桃
11日 349kcal かおりごはん ササミフライ 焼きそば ほうれん草のお浸し 肉団子 パイナップル	12日 349kcal ごはん ごま塩 ヒレカツ いんげんのごま油炒め わかめのツナ和え ウインナー 黄桃	13日 346kcal ゆかりごはん 豆腐ハンバーグ 昆布の炒り煮 ポテトサラダ ちくわ天 みかん	14日 358kcal 菜めしごはん えびフライ ナポリタン フロッキーサラダ チキンナゲット 洋梨	15日 349kcal ごはん ふりかけ いかの天ぷら キャベツの煮浸し ごぼうサラダ ポテト オレンジ
18日 349kcal ごはん のり佃煮 かにクリームフライ 大豆のトマト煮 ごぼうのごま和え さつま芋の甘煮 黄桃	19日 352kcal 菜めしごはん 鶏のから揚げ もやしの炒め物 青菜のお浸し ポテト グレープフルーツ	20日 349kcal わかめごはん てりやききのこソース肉団子 切干大根煮 パンフキンサラダ アメリカンドッグ パイナップル	21日 376kcal ごはん ふりかけ ミニチキン キャベツのコンソメ煮 れんこんサラダ エビフリッター オレンジ	22日 367kcal かおりごはん メンチカツ ナポリタン ポテトサラダ ギョーザ みかん
25日 353kcal ゆかりごはん オムレツ カリフラワー炒め 千ゲン菜の和え物 シュウマイ 洋梨	26日 367kcal わかめごはん 野菜コロケ 豚肉とキャベツのみそ炒め マカロニサラダ たこ焼き 黄桃	27日 357kcal ごはん 味付けのり ハンバーグ 炒り豆腐 たけのことピーマンの炒めもの チーズ グレープフルーツ	28日 357kcal 菜めしごはん ハムカツ ジャーマンポテト ごぼうサラダ とうもろこしのつまみ揚げ りんご	29日 357kcal ごはん ごま塩 トマトソース肉団子 五目ビーフン 小松菜のごま和え ウインナー パイナップル



☆仕入の都合で献立が変更になる場合がございます。ご了承ください。