



# 10月のこんだて（アレルギー対応食）



早月加積認定こども園

主食（未満児）		共通	10時（未満児）	15時（共通）
1	火	ごはん ☆鶏肉と野菜のうま煮 ☆さつま芋サラダ ブロッコリー 	☆ゼリー	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
2	水	ごはん ☆かき揚げ ゆかり和え ☆味噌汁	☆アレルギー対応菓子	お米のムース <small>野菜ジュース</small>
3	木	ごはん ☆鶏肉の照り焼き ☆レモン醤油和え ☆すまし汁	ござかなせんべい	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
4	金	☆ごはん ☆肉野菜炒め ☆きゅうり和え物 ☆すまし汁	☆アレルギー対応菓子	☆フルーツポンチ
7	月	ごはん ☆鶏肉と野菜のうま煮 粉ふき芋 ☆味噌汁 ☆ゆかり	☆アレルギー対応菓子	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
8	火	ごはん ☆カレーライス ☆ポイルウインナー コーン入りお浸し	☆アレルギー対応菓子	☆ゼリー
9	水	ごはん 揚げ魚のレモン醤油 ☆ひじきの煮物 ☆味噌汁 	☆アレルギー対応菓子	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
10	木	ごはん ☆コロケ風 ポイルキャベツ ☆味噌汁	クラッカー	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
11	金	ごはん ☆すき焼き風煮 さつま芋みぞれ和え トマト	☆アレルギー対応菓子	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
14	月	ス ポ ー ツ の 日		
15	火	ごはん ☆ミッキーミニステーキ ☆かぼちゃサラダ ☆味噌汁	☆アレルギー対応菓子	☆フルーツ缶 ☆お茶
16	水	ごはん さばのみぞれ煮 ☆れんこんきんぴら 豚汁	☆アレルギー対応菓子	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
17	木	ごはん 筑前煮 ☆ちくわのカレー揚げ ☆小松菜のお浸し	おやさいせんべい	☆ふかし芋 ☆お茶
18	金	ごはん 豚肉の生姜炒め ポイルキャベツ トマト 味噌汁	☆アレルギー対応菓子	☆ゼリー <small>野菜ジュース</small>
21	月	☆ごはん ☆野菜たっぷりスープ ☆ポイルウインナー ブロッコリー	☆アレルギー対応菓子	新米おにぎり
22	火	ごはん ☆煮魚 ☆小松菜ナムル ☆味噌汁 	☆アレルギー対応菓子	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
23	水	ごはん さけの塩焼き ☆チャンプルー ☆味噌汁	☆アレルギー対応菓子	ふかし芋 ☆お茶
24	木	ごはん カレーライス ☆フレンチサラダ トマト	☆アレルギー対応菓子	☆フルーツポンチ
25	金	ごはん ☆鶏肉の照り焼き ☆ポテトサラダ ☆すまし汁	☆アレルギー対応菓子	☆ゼリー ☆ジュース
28	月	ごはん ☆豚肉の味噌炒め ☆はるさめ甘酢和え ☆味噌汁	☆アレルギー対応菓子	☆アレルギー対応菓子 ☆お茶
29	火	ごはん ☆おでん ☆小松菜のお浸し トマト 	☆アレルギー対応菓子	☆ふかし芋 ☆お茶
30	水	ごはん ☆魚のムニエル ☆ほうれん草のお浸し ☆すまし汁	パリパリパンプキン	柿 ☆お茶
31	木	ごはん ☆鶏肉のから揚げ ☆かぼちゃソテー ☆野菜クリームスープ	☆アレルギー対応菓子	☆アレルギー対応菓子 ☆ジュース

☆アレルギー対応メニューです。