

あおばの献立

10月

日 曜	主 食	3歳未満児 午前おやつ	副 食	午 後 おやつ	日 曜	主 食	3歳未満児 午前おやつ	副 食	午 後 おやつ
2 月	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・鮭の照り焼き・青菜のお浸し ・けんちん汁・梨	豆乳 りんごのケーキ	18 水	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・魚ときのこの煮付け・白和え ・もやしのみそ汁・巨峰	豆乳 ベイクドポテト
3 火	胚芽ごはん	お茶 あられ	・大豆のかき揚げ・大根の甘酢和え ・ほうれん草のみそ汁・りんご	豆乳 マシュマロおこし	19 木	胚芽ごはん	お茶 おかき	・ちくわの二色揚げ・きんぴらごぼう ・じゃがいものみそ汁・みかん	お茶 味噌蒸しパン
4 水	胚芽ごはん	お茶 おかき	・豚肉ときのこのトマト煮込み ・キャベツのレモン和え ・チンゲン菜のスープ・巨峰	お茶 きなこ豆	20 金	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・さばの味噌煮・ひじきと大豆の炒り煮 ・きのこのすまし汁・漬物・りんご	お茶 みたらし団子
5 木	胚芽ごはん	お茶 あられ	・魚の甘酢あんかけ・なめこのみそ汁 ・ブロッコリーのおかか和え・りんご	お茶 せんべい	21 土	胚芽ごはん		・キャベツのゆかり和え ・ハヤシライス・りんご	
6 金	胚芽ごはん	お茶 おかき	・豆腐ハンバーグ・白菜の昆布和え ・里芋のみそ汁・梨	お茶 煮干フライ	23 月	胚芽ごはん	お茶 あられ	・魚の香り煮・わかめの酢の物 ・かぼちゃのみそ汁・柿	お茶 人参ゼリー
10 火	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・ごぼうサラダ・トマト ・ハヤシライス・りんご	豆乳 大学かぼちゃ	24 火	胚芽ごはん	お茶 おかき	・揚げだし豆腐・根菜の炒り煮 ・なめこのみそ汁・りんご	お茶 せんべい
11 水	胚芽ごはん	お茶 あられ	・揚げ鶏の香味ソース・小松菜のみそ汁 ・もやしのゆかり和え・梨	お茶 昆布おにぎり	25 水	胚芽ごはん	お茶 あられ	・ごぼうハンバーグ・ポテトサラダ ・わかめスープ・みかん	豆乳 きなこドーナッツ
12 木	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・おさつコロック・スティック野菜 ・春雨のすまし汁・りんご	お茶 おかき	26 木	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・豚のケチャップ甘酢かけ ・ほうれん草のサラダ ・キャベツのみそ汁・柿	豆乳 スイートポテト
13 金	胚芽ごはん	お茶 あられ	・酢豚・ナムル ・きのこ汁・巨峰	豆乳 さつまいものりんご和え	27 金	胚芽ごはん	お茶 おかき	・かぼちゃのサラダ・福神漬け ・根菜カレー・りんご	お茶 チヂミ
14 土	胚芽ごはん		・肉団子汁・たたききゅうり・りんご		28 土	中華丼		・もやしのスープ・りんご	
16 月	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・魚のかば焼き・春雨の酢の物 ・白菜のみそ汁・巨峰	豆乳 ベーコンポパイケーキ	30 月	胚芽ごはん	お茶 せんべい	・里芋のつくね焼き・青菜のお浸し ・わかめのみそ汁・りんご	豆乳 レンコンフライ
17 火	胚芽ごはん	お茶 あられ	・鶏肉の香草焼き・キャベツの磯和え ・水菜のみそ汁・りんご	お茶 おかき	31 火	ひじきご飯	お茶 あられ	・花揚げしゅうまい・ポテトコールスロー ・春雨スープ・巨峰	紅茶 米粉パウンドケーキ

季節の食べものことわざ

『鰯の頭も信心から』

鰯の頭のようにつまらないものでも、信仰次第ではとてもありがたい貴重なものにみえること。

ちょっと皮肉をこめたことわざです。

