

日	曜日	3歳未満児 午前のおやつ	副 食	3歳未満児のみ	午後のおやつ
1	木	牛乳 おかき	鮭のオーロラソース さわやか漬け パナナ えのきのみそ汁	ごはん	牛乳 ミニのりすけ
2	金	牛乳 さくふわせんべい	鶏肉のマーマレード焼き 切干大根のごま和え すり身汁	ごはん	牛乳 せんべい
3	土		ふれあい運動会		
5	月	牛乳 胚芽クッキー	赤魚の竜田揚げ もやしのナムル かぼちゃの豆乳みそ汁	ごはん	牛乳 せんべい
6	火	牛乳 クラッカー	高野豆腐フライ 春雨の中華和え キャベツのスープ	ごはん	牛乳 じゃこピザ ☆
7	水	牛乳 せんべい	里芋のそぼろ煮 キャベツのゆかり和え 白菜のみそ汁	ごはん	豆乳プリン カルシウムせんべい
8	木	牛乳 こめ棒くん	たらのごまみそ焼き 納豆サラダ 農家のスープ	ごはん	牛乳 カルシウムまんじゅう
9	金	牛乳 カルテツウエハース	若鶏のレモン焼き ポテトサラダ パイン缶 切干大根のみそ汁	ごはん	ヨーグルト せんべい
10	土	お茶 菓子	カレーライス ミートボール チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子
12	祝		スポーツの日		
13	火	牛乳 せんべい	鮭の塩焼き スパゲッティサラダ ほうれん草と豆乳のスープ	ごはん	牛乳 人参とリンゴのケーキ☆
14	水	牛乳 ビスケット	タンドリーチキン コーン入りおひたし なめこのみそ汁	ごはん	牛乳 ラスク
15	木	牛乳 やわらかおかき	満点揚げ ブロッコリーサラダ きのことスープ	ごはん	牛乳 野菜コンソメリング
16	金	牛乳 クラッカー	里芋カレー チキンナゲット コールスローサラダ お茶	ごはん	牛乳 いなきびクッキー
17	土	お茶 菓子	カレーライス ハンバーグ チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子
19	月	ヨーグルト	五目ラーメン 揚げ餃子 ブロッコリーのおかか和え オレンジ	ごはん	牛乳 せんべい
20	火	牛乳 野菜ビスケット	肉豆腐 塩きゅうり ミニトマト さつまいものみそ汁	ごはん	牛乳 チーズ蒸しパン ☆
21	水	牛乳 せんべい	いわしの梅煮 ビーフンソテー キャベツのスープ	ごはん	牛乳 鉄サブレ
22	木	ゼリー	秋の恵ごはん 鶏肉のから揚げ こりこりきゅうり ーロゼリー 豆腐のすまし汁	秋の恵ごはん	牛乳 ブルーベリータルト
23	金	牛乳 やわらかおかき	豚肉のケチャップ炒め グリーンポテト オレンジ 野菜スープ	ごはん	牛乳 こめ棒くん
24	土	お茶 菓子	カレーライス ミートボール チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子
26	月	牛乳 さくさくポーロ	豆腐ハンバーグ パインサラダ もやしのスープ	ごはん	牛乳 クラッカー
27	火	牛乳 胚芽クッキー	白身魚フライ キャベツの酢の物 じゃがいものみそ汁	ごはん	牛乳 きなこサンド ☆
28	水	牛乳 こめ棒くん	カレーうどん ちくわの磯部揚げ ブロッコリー ミニトマト	ごはん	牛乳 せんべい
29	木	牛乳 せんべい	若鶏の照り焼き さつまいもの天ぷら ワンタンスープ	ごはん	ヨーグルト カミカミ昆布
30	金	牛乳 野菜ビスケット	ハンバーグ 三色サラダ かぼちゃのシチュー	ごはん	ハロウィンデザート せんべい
31	土	お茶 菓子	カレーライス ハンバーグ チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子

※都合により献立を変更する場合があります。☆印は手作りおやつです。

夏の暑さも和らぎ、少しずつ朝晩の涼しさと日中のさわやかな風に秋らしさを感じるようになってきました。「実りの秋」「食欲の秋」「スポーツの秋」…元気いっぱい体を動かして、おなかをすかせてもりもりごはんを食べましょう！

共に輝くアクアフェアリーズ給食

外が涼しくなり体を動かすことが気持ち良いシーズンになり「食欲の秋」「芸術の秋」「スポーツの秋」等、様々な秋が到来！！そして、給食にも「スポーツの秋」「食欲の秋」がやってきました！その名も「共に輝くアクアフェアリーズ給食」です！

10月24、25日に黒部市でホーム開幕戦を迎える「KUEOBEアクアフェアリーズ富山」の選手たちは、ジャンプしたりパワーのあるボールを打つために、しっかりご飯を食べて元気な体を作ること大切にしながら、日々試合に勝つために一生懸命練習をしています。選手が大切にしている体を作るのに欠かせない、パワーの源栄養満点給食を10月9日（金）に提供します。みんなも栄養満点給食を食べて、元気いっぱいになって、みんなのパワーを選手に届けましょう！



アクアフェアリーズ選手が食事で大切にしていること。

- 朝ごはんをしっかり食べる事
- 好き嫌いせずバランスよく食べる事
- 水分補給をする事
- 食事を楽しんで食べる事

みんなも選手を真似して大切にしていね！

10/9（金）の給食を記念してKUEOBEアクアフェアリーズ富山と富山ヤクルトがタイアップし作成したシールを配布します。

