

# 10月行事食



- \*炊き込みご飯
- \*盛り合わせ  
鶏手羽唐揚げ  
エビフライ  
イカリングフライ  
ウインナー  
うずら卵
- \*白菜のごま和え
- \*スナップエンドウの  
ガーリックバターソテー

エネルギー	771 kcal
たんぱく質	28.2 g
脂質	25.9 g
炭水化物	102.8 g
食塩	3.2 g



運動会のお弁当をイメージした献立です。

お弁当のおかずの定番、タコウインナーは1つずつ細工しました。

澄んだ青空が気持ち良い、秋の一日でした。