



10月 給食献立表

ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
1	火	牛乳 オレンジ	肉うどん・煮豆・バナナ	牛肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・小松菜・ふ/大豆・ひじき・人参・ごぼう/ バナナ/白蒸し粉・ゆで小豆缶詰	牛乳・ あずき蒸しパン
2	水	牛乳 バナナ	ひじきごはん・かぼちゃのみそ汁・ キャベツのしそ和え	鶏肉・ひじき・人参・ごぼう・油揚げ・グリーンピース/キャベツ・しそふりかけ/ かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ねぎ・油揚げ/さつまいも・ごま	牛乳・大学芋
3	木	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のカレー煮・すまし汁	赤魚・玉ねぎ・しめじ/じゃがいも・人参・チンゲン菜・えのきたけ・ふ	牛乳・せんべい
4	金	牛乳 りんご	ごはん・チンジャオロースー・ 中華スープ	豚肉・人参・ピーマン・たけのこ/玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しめじ	牛乳・クッキー
5	土		ミニ運動会		
7	月	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のおろし煮・ なすのみそ汁	赤魚・大根/なす・かぼちゃ・人参・えのきたけ・ねぎ・油揚げ	牛乳・あられ
8	火	牛乳 バナナ	きのこスパゲティ・フレンチサラダ・ バナナ	豚肉・エリンギ・しめじ・しいたけ・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター/ レタス・きゅうり・人参・ハム/バナナ	ジョア・ バームクーヘン
9	水	牛乳 オレンジ	ごはん・かぼちゃの肉みそ炒め・ 具だくさん汁	豚ひき肉・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・ピーマン/鶏肉・玉ねぎ・人参・ しいたけ・ねぎ/みかん缶詰・もも缶詰・バナナ・ヨーグルト	フルーツヨーグルト
10	木	牛乳 バナナ	パン・ポークビーンズ・ツナサラダ・ りんご	大豆・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・しめじ・ピーマン・トマト水煮缶詰/ レタス・きゅうり・人参・ツナ缶詰/りんご/さつまいも	牛乳・ふかし芋
11	金	牛乳 オレンジ	ごはん・厚揚げの中華風煮・ かつおのごま和え	厚揚げ・豚肉・しいたけ・人参・たけのこ・玉ねぎ・チンゲン菜/ほうれん草・ キャベツ・人参・もやし・ごま・ツナ缶詰	牛乳・クラッカー
12	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・ クリームコーン・玉ねぎ	お茶・お菓子
15	火	牛乳 オレンジ	中華うどん・小魚和え・バナナ	豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・もやし・ねぎ・ごま油/ちりめんじゃこ・ レタス・きゅうり/バナナ	牛乳・せんべい
16	水	牛乳 バナナ	ごはん・魚の照り煮・ さといものみそ汁	赤魚/里芋・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ・油揚げ	牛乳・クッキー
17	木	牛乳 りんご	パン・豆腐ハンバーグ・ トマト・きゅうり・はるさめスープ	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・調整豆乳/トマト/きゅうり/ ベーコン・はるさめ・玉ねぎ・人参・コーン缶詰・ねぎ	牛乳・サブレ
18	金	牛乳 オレンジ	ごはん・高野豆腐の煮物・ じゃがたま汁・バナナ	高野豆腐・鶏肉・れんこん・ごぼう・人参・グリーンピース/じゃがいも・ 玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しめじ/バナナ/ロールパン・ウインナー・キャベツ	牛乳・ ホットドック
19	土	お茶 オレンジ	炊き込みご飯・すまし汁	鶏肉・人参・しいたけ・しめじ・油揚げ/えのき・人参・わかめ・豆腐・ねぎ	お茶・お菓子
21	月	牛乳 オレンジ	さつまいものカレーライス・ キャベツサラダ・オレンジ	豚肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・バター・小麦粉・牛乳/キャベツ・人参・ ツナ缶詰・コーン缶詰/オレンジ	牛乳・ おにぎりせんべい
23	水	牛乳 バナナ	ごはん・炒り豆腐・ かぼちゃのみそ汁	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ/かぼちゃ・キャベツ・油揚げ・ ねぎ	牛乳・あられ
24	木	牛乳 オレンジ	ごはん・さつまいものコロッケ・トマト・ レタス・キャベツとコーンのスープ	さつまいも・豚ひき肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉/レタス/トマト/ ベーコン・キャベツ・人参・コーン缶詰・ねぎ	牛乳・ビスコ・ ミニフィッシュ
25	金	牛乳 オレンジ	えびピラフ・コンソメスープ・ バナナ	えび・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン・コーン缶詰・バター/ベーコン・ キャベツ・玉ねぎ・人参・エリンギ/バナナ	100%果汁・ カップケーキ
26	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・ クリームコーン・玉ねぎ	お茶・お菓子
28	月	牛乳 バナナ	ごはん・豚肉の甘酢炒め・ もやし汁	豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・たけのこ・しいたけ/もやし・じゃがいも・ 人参・ねぎ・油揚げ	牛乳・ヨーチ
29	火	牛乳 りんご	五目うどん・金時豆甘煮・ バナナ	鶏肉・しいたけ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・ふ/金時豆/バナナ/ 食パン・イチゴジャム	牛乳・ ジャムサンド
30	水	牛乳 オレンジ	ごはん・白身魚のホイル蒸し・ だいこんのすまし汁	メカジキ・玉ねぎ・キャベツ・人参・ねぎ・マヨネーズ/大根・ほうれん草・ 人参・油揚げ	牛乳・チーズ・ しるこサンド
31	木	牛乳 バナナ	ごはん・パンプキンシチュー・ 野菜サラダ	鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・コーン缶詰・グリーンピース・クリームコーン缶詰・ ポターージュの素/ハム・キャベツ・きゅうり・トマト/ゆで大豆	牛乳・ フライビーンズ

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます。

