

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	木	牛乳 オレンジ	ごはん・炒り豆腐・里芋のみそ汁	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ/さといも・大根・人参・ごぼう・ほうれん草/調整豆乳・きな粉	牛乳・豆乳もち
2	金	牛乳 バナナ	パン・かぼちゃコロケ・トマト・レタス・野菜スープ	豚ひき肉・かぼちゃ・さつまいも・玉ねぎ・小麦粉・パン粉/レタス/トマト/ベーコン・もやし・人参・しめじ・チンゲン菜	牛乳・クッキー
3	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
5	月	牛乳 バナナ	ごはん・チンジャオロースー・チンゲン菜スープ	豚肉・人参・ピーマン・たけのこ/チンゲン菜・人参・玉ねぎ・豆腐・しめじ	牛乳・チーズ・ビスコ
6	火	牛乳 オレンジ	肉うどん・ほうれん草のナムル・バナナ	牛肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・ふ・ねぎ/ほうれん草・人参・キャベツ・ツナ缶詰・ごま油・ごま/バナナ/白蒸し粉・ゆで小豆缶詰	ジョア・あずき蒸しパン
7	水	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚(だいこん)・根菜のみそ汁	赤魚・大根/かぼちゃ・人参・ごぼう・れんこん・油揚げ・ねぎ/さつま芋	牛乳・ふかし芋
8	木	牛乳 オレンジ	にんじんごはん・肉サラダ・さつま揚げのすまし汁	人参・塩昆布/牛肉・しらたき・人参・レタス・きゅうり・ごま/さつま揚げ・玉ねぎ・えのきたけ・ねぎ	牛乳・せんべい
9	金	牛乳 りんご	ごはん・肉団子スープ・キャベツサラダ・オレンジ	鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・はるさめ・人参・しいたけ・チンゲン菜/キャベツ・きゅうり・人参・ツナ缶詰/オレンジ	牛乳・ビスケット
10	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
12	月	牛乳 バナナ	パン・インド風煮・小魚和え	大豆・豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・キャベツ/レタス・ちりめんじゃこ・きゅうり/炊き込みわかめ	わかめおにぎり
13	火	牛乳 チーズ	スパゲティナポリタン・もやし汁・オレンジ	豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン/もやし・大根・人参・ねぎ・油揚げ/オレンジ/バナナ・みかん缶詰・もも缶詰	フルーツミックス
14	水	牛乳 オレンジ	ごはん・白身魚のから揚げ・ポイルキャベツ・トマト・ほうれん草のすまし汁	メカジキ/キャベツ/トマト/ほうれん草・玉ねぎ・人参・えのきたけ	牛乳・あられ
15	木	牛乳 バナナ	さつまいものカレーライス・フレンチサラダ	豚肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・バター・小麦粉・牛乳/レタス・きゅうり・トマト・ハム	牛乳・サブレ
16	金	牛乳 オレンジ	ごはん・厚揚げのそぼろあんかけ・じゃがいものみそ汁	厚揚げ・鶏ひき肉・人参・グリーンピース・ごま油/じゃがいも・玉ねぎ・人参・ねぎ	牛乳・ビスコ・ミニフィッシュ
17	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
19	月	牛乳 オレンジ	ごはん・ポークビーンズ・バナナ・野菜サラダ	豚肉・ゆで大豆・玉ねぎ・人参・じゃがいも・しめじ・ピーマン・トマトホール缶詰/ツナ缶詰・キャベツ・人参/バナナ	牛乳・クラッカー
20	火	牛乳 バナナ	中華うどん・金時豆甘煮・オレンジ	豚肉・えび・白菜・玉ねぎ・人参・もやし・ねぎ・ごま油/金時豆/オレンジ/マカロニ・きな粉	牛乳・マカロニあべ川
21	水	牛乳 りんご	ごはん・煮魚・みそけんちん汁	赤魚/豆腐・玉ねぎ・しめじ・人参・さといも・ねぎ・油揚げ/さつま芋・ごま	牛乳・大学芋
22	木	牛乳 バナナ	味ごはん・土佐和え・ふのすまし汁	鶏肉・人参・ごぼう・しいたけ・油揚げ・ねぎ/ほうれん草・白菜/ふ・玉ねぎ・人参・えのきたけ/ヨーグルト	ヨーグルト
23	金	牛乳 オレンジ	ごはん・チキンカツ・きのこのみそ汁	鶏ささ身・小麦粉・チーズ・パン粉/キャベツ/トマト/豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・しめじ・まいたけ	100%果汁・シュークリーム
24	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
26	月	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・クリームコーン缶詰・コーンクリームスープ/キャベツ/トマト・きゅうり・ハム	牛乳・せんべい
27	火	牛乳 オレンジ	じゃこスパゲティ・バナナ・豆腐のすまし汁	しらす干し・ベーコン・玉ねぎ・人参・エリンギ・チンゲン菜/豆腐・だいこん・えのきたけ・人参・ねぎ/バナナ/食パン・マーガリン・きな粉	ジョア・きな粉サンド
28	水	牛乳 バナナ	ごはん・筑前煮・たまねぎのみそ汁	鶏肉・高野豆腐・ごぼう・れんこん・さといも・人参・グリーンピース/玉ねぎ・人参・白菜・ねぎ・油揚げ	牛乳・ビスケット
29	木	ヨーグルト	ごはん・蒸し魚の野菜あんかけ・柿のごま酢和え	メカジキ・人参・玉ねぎ・もやし・ねぎ/大根・ほうれん草・柿・油揚げ・ごま	牛乳・あられ
30	金	牛乳 バナナ	ごはん・煮やっこの肉みそかけ・やまぶき和え	豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ねぎ/きゅうり・キャベツ・人参・しらたき・ハム・コーン缶詰・ごま油	牛乳・やさいかりんとう
31	土	牛乳 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

