

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
2	月	牛乳 バナナ	ごはん・魚のカレー煮・ だいこんのすまし汁	カラスガレイ・玉ねぎ・しめじ/ さつま揚げ・大根・人参・えのきたけ・ねぎ/マカロニ・きな粉	ジョア・ マカロニあべ川
3	火	牛乳 オレンジ	和風スパゲティ・キャベツサラダ	スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・バター・ウインナー/ キャベツ・きゅうり・人参・ハム/バナナ・ミカン缶詰・もも缶詰・ヨーグルト	フルーツヨーグルト
4	水	牛乳 りんご	中華飯・中華スープ	豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・ピーマン・しいたけ・もやし・たけのこ・ごま油/ ベーコン・チンゲン菜・人参・豆腐・しめじ/チーズ	牛乳・チーズ・ お菓子
5	木	牛乳 バナナ	ごはん・じゃがいものみそ汁・ 厚揚げのそぼろあんかけ	厚揚げ・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・ごま油/ じゃがいも・玉ねぎ・人参・ねぎ・油揚げ	牛乳・お菓子
6	金	牛乳 オレンジ	きのこごはん・豆腐のすまし汁・ キャベツの塩昆布和え	鶏肉・しいたけ・しめじ・エリンギ・人参・れんこん/キャベツ・塩昆布/ 豆腐・玉ねぎ・小松菜・人参・油揚げ	牛乳・お菓子
7	土	お茶 オレンジ	スパゲティナポリタン・ コンソメスープ・オレンジ	スパゲティ・豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン/ 玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ/オレンジ	お茶・お菓子
10	火	牛乳 オレンジ	肉うどん・ほうれん草のナムル・ バナナ	うどん・牛肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・ふ・ねぎ/バナナ/ ほうれん草・人参・キャベツ・ツナ缶詰・ごま油/白蒸し粉・ゆで小豆缶詰	牛乳・ あずき蒸しパン
11	水	牛乳 チーズ	ごはん・豚肉のしょうが焼き・ なすのみそ汁	豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ/ なす・かぼちゃ・えのきたけ・ねぎ・油揚げ	牛乳・お菓子
12	木	牛乳 バナナ	ごはん・鶏肉の甘酢炒め・ 小松菜のすまし汁	鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・たけのこ・しいたけ/ 豆腐・玉ねぎ・人参・小松菜・えのきたけ・油揚げ/さつまいも	牛乳・ふかし芋
13	金	牛乳 オレンジ	ごはん・魚フライごまみそ・ レタス・トマト・チンゲン菜スープ	カラスガレイ・小麦粉・パン粉・ごま/レタス/トマト/ キャベツ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜	牛乳・お菓子
14	土	お茶 オレンジ	ハヤシライス・コーンスープ・ オレンジ	牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・グリーンピース・ハヤシルウ/ 玉ねぎ・人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰・パセリ/オレンジ	お茶・お菓子
16	月		わかめごはん・ さつまいものみそ汁	炊き込みわかめ/人参・玉ねぎ・さつまいも・油揚げ	お茶・お菓子
17	火	牛乳 バナナ	スパゲティミートソース・バナナ・ キャベツとコーンのスープ	スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター・小麦粉/ ベーコン・キャベツ・人参・コーン缶詰・ねぎ/バナナ/ヨーグルト	ヨーグルト・ お菓子
18	水	ヨーグルト	にんじんごはん・土佐和え・ すまし汁	人参・塩昆布/ほうれん草・白菜/豆腐・玉ねぎ・人参・さつま揚げ	牛乳・お菓子
19	木	牛乳 りんご	パン・ポークビーンズ・ レタスサラダ	パン/豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・じゃがいも・しめじ・ピーマン・トマト缶詰/ ハム・レタス・きゅうり・コーン缶詰/さつまいも・ごま	ジョア・大学芋
20	金	牛乳 バナナ	ごはん・かぼちゃコロケ・ 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・マヨネーズ/ ベーコン・もやし・人参・しめじ・チンゲン菜/バナナ・ミカン缶詰・もも缶詰	フルーツミックス
21	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいのみそ汁・ オレンジ	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまいも・玉ねぎ・油揚げ/ オレンジ	お茶・お菓子
23	月	牛乳 バナナ	五目うどん・金時豆甘煮・バナナ	うどん・鶏肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・小松菜・ふ/金時豆/バナナ/ 炊き込みわかめ	わかめおにぎり
24	火	牛乳 オレンジ	ごはん・煮魚・たまねぎのみそ汁	カラスガレイ・大根/玉ねぎ・人参・もやし・しめじ・油揚げ・ねぎ/ ロールパン・ツナ缶詰・きゅうり・マヨネーズ	牛乳・ ツナサンド
25	水	牛乳 バナナ	さつまいものカレーライス・ コールスローサラダ	豚肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・グリーンピース・バター・小麦粉・カレールウ/ キャベツ・人参・きゅうり・コーン缶詰・マヨネーズ	牛乳・お菓子
26	木	牛乳 りんご	ごはん・インド風煮・ フレンチサラダ・オレンジ	大豆・豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・キャベツ/ ハム・レタス・きゅうり・トマト/オレンジ	牛乳・お菓子
27	金	牛乳 バナナ	ごはん・チキンカツ・ポイルキャベツ きのこのみそ汁	鶏ささ身肉・小麦粉・パン粉・粉チーズ/キャベツ/ 豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・しめじ・ねぎ	牛乳・お菓子
28	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ・ オレンジ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・ クリームコーン缶詰・玉ねぎ・パセリ/オレンジ	お茶・お菓子
30	月	牛乳 バナナ	じゃこスパゲティ・バナナ・ えのきたけのすまし汁	スパゲティ・しらす干し・ベーコン・玉ねぎ・人参・エリンギ・チンゲン菜/ えのきたけ・大根・人参・豆腐・ねぎ/バナナ/黒蒸し粉・レーズン	牛乳・黒蒸しパン
31	火	牛乳 オレンジ	パン・パンプキンシチュー・ 野菜サラダ	パン/鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・クリームコーン缶詰・牛乳・ ポターージュの素・ハム・キャベツ・きゅうり・トマト	100%果汁・ お楽しみ

※ 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。

