

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 | 土 | | | | |
| 3 | 月 | 牛乳 バナナ | コッペパン ・ ポークビーンズ 野菜サラダ ・ 梨 | 豚肉・たまねぎ・大豆・にんじん・じゃがいも・しめじ・ピーマン トマト水煮缶詰・ケチャップ/ツナ・レタス・にんじん | お茶 せんべい |
| 4 | 火 | 牛乳 梨 | 和風スパゲティ ・ はんぺんのすまし汁 バナナ | ベーコン・たまねぎ・しいたけ・ピーマン・にんじん・ねぎ・ウインナー 粉チーズ・バター/はんぺん・わかめ・チンゲン菜・にんじん | 牛乳 あずき蒸しパン |
| 5 | 水 | 牛乳 バナナ | ごはん ・ チンジャオロースー 中華スープ | 豚肉・にんじん・たけのこ・ピーマン・しょうが・にんにく/ベーコン もやし・にんじん・しめじ・チンゲン菜 | 牛乳 大学いも |
| 6 | 木 | 牛乳 梨 | 味ごはん ・ 土佐和え わかめのすまし汁 | 鶏肉・ごぼう・こんにゃく・にんじん・あげ・干しいたけ・ねぎ/ ほうれん草・白菜・かつお節/わかめ・豆腐・たまねぎ・にんじん | 牛乳 ビスケット |
| 7 | 金 | 牛乳 ぶどう | ごはん ・ 白身魚のから揚げ ・ トマト ポイルキャベツ ・ さつまいものみそ汁 | 白身魚/キャベツ/トマト/さつまいも・あげ・にんじん・たまねぎ えのきたけ・ねぎ・みそ | お茶 チーズ・菓子 |
| 8 | 土 | | 運動会 | | |
| 11 | 火 | 牛乳 バナナ | 五目うどん ・ 金時豆甘煮 ・ 梨 | 豚肉・干しいたけ・たまねぎ・にんじん・ふ・わかめ・ほうれん草/ 金時豆 | 牛乳 バームクーヘン |
| 12 | 水 | 牛乳 ぶどう | 手作りお弁当の日 | | ジョア 菓子 |
| 13 | 木 | 牛乳 梨 | きのこごはん ・ 豆腐汁 キャベツのしそ和え | 鶏肉・しいたけ・しめじ・にんじん・あげ・れんこん/キャベツ しそふりかけ/豆腐・たまねぎ・わかめ・ねぎ | お茶 ちやきんポテト |
| 14 | 金 | 牛乳 チーズ | さつまいものカレーライス キャベツサラダ ・ ぶどう | さつまいも・豚肉・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・牛乳・小麦粉 カレー粉/キャベツ/ツナ・コーン | 牛乳 クラッカー |
| 15 | 土 | 牛乳 バナナ | わかめごはん ・ 豚汁 ・ ツナサラダ | 豚肉・たまねぎ・にんじん・さつまいも・大根・ねぎ・みそ・煮干し ツナ・キャベツ・コーン・にんじん/炊き込みワカメ | お茶 菓子 |
| 17 | 月 | 牛乳 梨 | コッペパン ・ パンプキンチュー 野菜サラダ ・ 梨 | かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・鶏肉・コーン・グリーンピース スキムミルク/ハム・キャベツ/トマト・きゅうり | お茶 するめ ・ 菓子 |
| 18 | 火 | 牛乳 ぶどう | 肉みそスパゲティ ・ 豆腐のすまし汁 バナナ | 豚ひき肉・しいたけ・にんじん・たまねぎ・グリーンピース・みそ/豆腐 えのきたけ・にんじん・ねぎ | 牛乳 菓子 |
| 19 | 水 | 牛乳 りんご | ごはん ・ 煮魚(ごぼう) 具だくさん汁 | 季節の魚・しょうが・ごぼう/さといも・にんじん・たまねぎ・エリンギ ふ・ねぎ | 牛乳 おからせんべい |
| 20 | 木 | 牛乳 バナナ | ごはん ・ 魚フライ さといものみそ汁 ・ みかん | 季節の魚/さといも・たまねぎ・あげ・にんじん・しめじ・わかめ・みそ | お茶 牛乳もち |
| 21 | 金 | ヨーグルト | ごはん ・ 筑前煮 じゃがいものみそ汁 | 鶏肉・れんこん・ごぼう・こんにゃく・にんじん・高野豆腐 グリーンピース/じゃがいも・たまねぎ・にんじん・あげ・ねぎ・みそ | お茶 あられ |
| 22 | 土 | 牛乳 りんご | じゃこチャーハン ・ 和風スープ | ちりめんじゃこ・しそ・ごま油/たまねぎ・にんじん・わかめ | 牛乳 菓子 |
| 24 | 月 | 牛乳 オレンジ | ごはん ・ 肉だんごスープ フレンチサラダ ・ バナナ | 鶏ひき肉・たまねぎ・おから・パン粉・しょうが・にんじん・もやし たけのこ・はるさめ・ねぎ/レタス・きゅうり・コーン・にんじん・ハム | お茶 ミニフィッシュ 菓子 |
| 25 | 火 | 牛乳 バナナ | 中華うどん ・ 小魚和え ・ みかん | 豚肉・白菜・にんじん・もやし・えび・かまぼこ・ねぎ/ちりめんじゃこ レタス・きゅうり | 牛乳 きな粉サンド |
| 26 | 水 | 牛乳 りんご | ごはん ・ 鮭のホイル蒸し 柿のごま酢和え | 鮭・しめじ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・マヨネーズ/だいこん ほうれん草・柿・あげ・ごま | ヨーグルト |
| 27 | 木 | 牛乳 バナナ | ごはん ・ 炒り豆腐 かぼちゃのみそ汁 | 豆腐・豚肉・たまねぎ・干しいたけ・にんじん・かつお節・ねぎ かぼちゃ・あげ・キャベツ・ねぎ・みそ | ジョア さつまいもドーナツ |
| 28 | 金 | 牛乳 オレンジ | 三色丼 ・ すまし汁 バナナ | 鶏ひき肉・コーン・ほうれん草・紅しょうが/豆腐・たまねぎ さつまいも/にんじん・白菜・ねぎ | 100%果汁 おたのしみ |
| 29 | 土 | 牛乳 りんご | ロールパン ・ 果物 | | お茶 菓子 |
| 31 | 月 | 牛乳 オレンジ | ごはん ・ 鶏肉のホイル蒸し 根菜のみそ汁 | 鶏肉・たまねぎ・にんじん・しめじ・マヨネーズ/かぼちゃ・ごぼう れんこん・あげ・ねぎ・みそ | フルーツヨーグルト |

※ 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。

