

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・煮魚(ごぼう)・具だくさん汁	赤魚・ごぼう/じゃがいも・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・エリンギ・ふ	牛乳・チーズ・しるこサンド	
3	火	牛乳 バナナ	和風スパゲティ・さつま揚げのすまし汁・オレンジ	ベーコン・ねぎ・人参・しいたけ・玉ねぎ・ピーマン・バター・ウインナー/揚げはんぺん・人参・チンゲン菜・えのきたけ/オレンジ/白蒸し粉/ゆで小豆缶詰	牛乳・あずき蒸しパン	
4	水	牛乳 オレンジ	パン・かぼちゃコロッケ・レタス・トマト・野菜スープ	かぼちゃ・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・玉ねぎ・人参・ねぎ	お茶・せんべい	
5	木	牛乳 りんご	きのこごはん・キャベツのしそ和え・豆腐汁	鶏肉・しいたけ・しめじ・人参・油揚げ・れんこん/キャベツ・しそふりかけ/豆腐・玉ねぎ・人参・ねぎ	牛乳・ビスケット	
6	金	牛乳 オレンジ	ごはん・カレーライス・野菜サラダ・バナナ	豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参・バター・小麦粉・牛乳・カレー粉/キャベツ・きゅうり/トマト・ツナ缶詰/バナナ/調製豆乳・きな粉	お茶・豆乳もち	
7	土	運 動 会				
10	火	牛乳 オレンジ	きつねうどん・かぼちゃの甘煮・バナナ	油揚げ・人参・しいたけ・玉ねぎ・チンゲン菜/かぼちゃ/バナナ	ジョア・バームクーヘン	
11	水	牛乳 オレンジ	ごはん・豚みそ・レタス・えのき汁	豚肉・玉ねぎ/レタス/えのきたけ・じゃがいも・人参・ねぎ・豆腐油揚げ/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	
12	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・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ/かぼちゃ・人参・ねぎ・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・魚のフライ・レタス・トマト・キャベツスープ	メカジキ・小麦粉・パン粉/レタス/トマト/ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・人参・ねぎ・しめじ	牛乳・クラッカー	
14	土	牛乳 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	
16	月	牛乳 オレンジ	パン・ポークビーンズ・レタスサラダ	豚肉・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・レタス・きゅうり・人参	牛乳・するめホワイトロリータ	
17	火	牛乳 オレンジ	五目うどん・金時豆甘煮・バナナ	豚肉・しいたけ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・ふ/金時豆/バナナ/食パン・マーガリン・きな粉	牛乳・きな粉サンド	
18	水	牛乳 りんご	ごはん・厚揚げの中華風煮・拌三絲	厚揚げ・えび・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・たけのこ・しいたけ/ハム・もやし・きゅうり・人参・はるさめ	牛乳・せんべいミニフィッシュ	
19	木	牛乳 オレンジ	いもごはん・肉サラダ・豆腐のみそ汁	さつまいも/牛肉・レタス・人参・もやし・きゅうり/だいこん・油揚げ・小松菜・えのきたけ/マカロニ・きな粉	お茶・マカロニのあべ川	
20	金	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のカレー煮・じゃがいも汁・バナナ	赤魚・玉ねぎ・しめじ/じゃがいも・人参・ねぎ・さつま揚げ/バナナ	お茶・あられ	
21	土	牛乳 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	
23	月	ヨーグルト	ごはん・肉団子スープ・フレンチサラダ・バナナ	鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・人参・はるさめ・もやし・ねぎ/ハム・レタス・きゅうり・人参/バナナ	お茶・せんべい	
24	火	牛乳 オレンジ	豆乳みそスパゲティ・野菜スープ・オレンジ	豚肉・人参・玉ねぎ・しめじ・コーン缶詰・チンゲン菜・調製豆乳/ベーコン・キャベツ・人参・ねぎ/オレンジ/かぼちゃ・白蒸し粉	牛乳・かぼちゃ蒸しパン	
25	水	牛乳 りんご	ごはん・白身魚のから揚げ・ポイルキャベツ・トマト・さつまいものみそ汁	メカジキ/キャベツ/トマト/さつまいも・油揚げ・人参・玉ねぎ・えのきたけ・ねぎ	牛乳・ビスケット	
26	木	牛乳 バナナ	味ごはん・豆腐のすまし汁・みかん	鶏肉・人参・ごぼう・しいたけ・油揚げ・ねぎ/豆腐・玉ねぎ・人参/みかん	お茶・あられ	
27	金	牛乳 チーズ	三色丼・きのこ汁・オレンジ	卵/鶏ひき肉/ほうれん草/豆腐・玉ねぎ・えのきたけ・しめじ・ねぎ/オレンジ	100%果汁・ムーンライトケーキ	
28	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/えのき・人参・わかめ・豆腐・ねぎ	お茶・お菓子	
30	月	牛乳 オレンジ	ごはん・パンプキンシチュー・キャベツサラダ・りんご	かぼちゃ・玉ねぎ・鶏肉・人参・クリームコーン缶詰・シチューの素/ハム・キャベツ・きゅうり/トマト/りんご	牛乳・おからせんべい	
31	火	牛乳 みかん	中華うどん・もやしのごま和え・バナナ	鶏肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・たけのこ・チンゲン菜/もやし・人参・ほうれん草・ツナ缶詰/バナナ/さつまいも	ジョア・大学芋	

※ 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。

