



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	月	牛乳 チーズ	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・ねぎ・油揚げ	牛乳・せんべい
2	火	牛乳 バナナ	じゃこスパゲティ・さつま揚げのすまし汁	しらす干し・ベーコン・人参・エリンギ・チンゲン菜/さつま揚げ・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ/バナナ・みかん缶詰・もも缶詰・ヨーグルト	フルーツヨーグルト
3	水	牛乳 オレンジ	ごはん・マーボー豆腐・やまぶき和え	豆腐・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・ねぎ/きゅうり・キャベツ・人参・しらたき・ハム・コーン缶詰/白蒸し粉・ゆで小豆缶詰	牛乳・あずき蒸しパン
4	木	牛乳 バナナ	味ごはん・土佐和え・たまねぎのすまし汁	鶏肉・人参・しいたけ・ねぎ/ほうれん草・はくさい/豆腐・油揚げ・玉ねぎ・人参・ねぎ	牛乳・ビスケット
5	金	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のカレー煮・柿のごま酢和え	赤魚・カレー粉・玉ねぎ/大根・ほうれん草・柿・油揚げ・ごま	牛乳・せんべい
6	土		ミニ運動会		
9	火	牛乳 バナナ	鶏肉うどん・かぼちゃの煮物・オレンジ	鶏肉・しいたけ・ふ・玉ねぎ・人参・ねぎ/かぼちゃ/オレンジ	ジョア・バームクーヘン
10	水	牛乳 オレンジ	ごはん・チンジャオロースー・中華スープ	豚肉・人参・たけのこ・ピーマン・/ベーコン・もやし・人参・しめじ・チンゲン菜/調整豆乳・きな粉	100%果汁・豆乳もち
11	木	ヨーグルト	ごはん・魚の揚げ煮・ポイルキャベツ・たまねぎのみそ汁	メカジキ/キャベツ/油揚げ・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ/さつまいも	牛乳・ふかしいも
12	金	牛乳 オレンジ	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・人参・れんこん・油揚げ/キャベツ/豆腐・玉ねぎ・ふ・ねぎ	牛乳・クラッカー
13	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	月	牛乳 バナナ	パン・ポークビーンズ・野菜サラダ・オレンジ	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/ツナ缶詰・キャベツ・人参/オレンジ/チーズ	牛乳・チーズ・しるこサンド
16	火	牛乳 オレンジ	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・玉ねぎ・人参・グリーンピース/豆腐・えのきたけ・人参・ねぎ/バナナ	牛乳・せんべい
17	水	牛乳 オレンジ	ごはん・魚の照り煮・豚汁	赤魚/豚肉・さといも・玉ねぎ・人参・しめじ・油揚げ・ねぎ	牛乳・クッキー
18	木	牛乳 バナナ	パン・さつま芋のコロッケ・トマト・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/トマト/ベーコン・キャベツ・コーン缶詰・人参・ねぎ	牛乳・ヨーチ
19	金	牛乳 オレンジ	ごはん・さつま芋のカレーライス・フレンチサラダ/みかん	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・牛乳・カレー粉/レタス・きゅうり・人参・コーン缶詰・ハム/みかん	牛乳・あられ
20	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
22	月	牛乳 オレンジ	ごはん・肉だんごスープ・切り干し大根のサラダ・バナナ	豚ひき肉・おから・玉ねぎ・人参・もやし・はるさめ・ねぎ/切干大根・ツナ缶詰・きゅうり・ごま・ごま油/バナナ	牛乳・ビスコ・ミニフィッシュ
23	火	牛乳 オレンジ	中華うどん・小魚和え・オレンジ	豚肉・えび・はくさい・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/オレンジ/白蒸し粉・甘納豆	牛乳・白蒸しパン
24	水	牛乳 バナナ	ごはん・筑前煮・じゃがいものみそ汁	鶏肉・れんこん・ごぼう・さといも・人参・高野豆腐・グリーンピース/じゃがいも・玉ねぎ・人参・ねぎ・油揚げ/ヨーグルト	ヨーグルト
25	木	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のから揚げ・根菜のみそ汁	メカジキ/かぼちゃ・人参・ごぼう・れんこん・油揚げ・ねぎ	100%果汁・ムーンライトケーキ
26	金	牛乳 バナナ	三色丼・きのこ汁・ゼリー	鶏ひき肉・コーン缶詰・ほうれん草/しめじ・えのきたけ・玉ねぎ・人参・はくさい・油揚げ/ゼリー	牛乳・せんべい
27	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
29	月	牛乳 オレンジ	ごはん・パンプキンシチュー・野菜サラダ・オレンジ	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・コーン缶詰・鶏肉・クリームコーン缶詰・ポタージュの素/ハム・キャベツ・トマト・きゅうり/オレンジ	牛乳・サブレ
30	火	牛乳 バナナ	スパゲティボロネーズ・じゃがいもスープ	豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ/ベーコン・じゃがいも・人参・チンゲン菜/食パン・マーガリン・きな粉	ジョア・きな粉サンド
31	水	牛乳 オレンジ	ごはん・ツナと豆腐のうま煮・はるさめサラダ	ツナ缶詰・豆腐・玉ねぎ・人参・キャベツ・しいたけ/はるさめ・人参・きゅうり・もやし	牛乳・あられ

※ 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。

