

# 献立予定表 10月上旬

今月の目標 : 秋の味覚を味わい、感謝をして食べましょう。

2016年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ	
1 土	ごはん 粉ふき芋	鶏肉の照り焼き ひじきとオクラの和え物 べったら漬、黄桃缶 卵そぼろ、味噌汁	油	若鶏もも皮なし、卵	玉葱、しめじ、人参 オクラ、ひじき、大根	麦茶 ウエハース	野菜 ジュース クッキー	
2 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
3 月 ※	ごはん 卵豆腐	タラ汁 レンコンきんぴら きゅうりカニ和え、柿 ウインナー、エビッコ	糸こんにゃく、ごま油	タラ、焼き豆腐 いりごま(白) カニふぶき	大根、レンコン、人参 しめじ、しいたけ、ねぎ	りんご ジュース せんべい	牛乳 ふかし芋	
4 火	ごはん チンゲン菜 おかか和え	イカのから揚げ かぼちゃとあずきの甘煮 なすの味噌炒め、ぶどう めかぶ納豆、スープ	油、片栗粉、砂糖	イカ、ゆであずき缶 挽きわり納豆	かぼちゃ、なす、人参 玉葱、めかぶ	麦茶 ウエハース	牛乳 ビスケット	
5 水	ごはん コーンバター	生姜味噌おでん シルバーサラダ 焼き豚、枝豆 みかん、鮭フレーク	春雨、マヨネーズ	うずら卵水煮缶 はんぺん、焼き豚 魚肉ソーセージ	大根、人参、きゅうり レタス	野菜 ジュース クラッカー	いちごミルク せんべい	
6 木	ごはん 豆腐煮物	ポークシチュー フレンチサラダ チキンナゲット、チーズ 梨、麦茶	フレンチドレッシング じゃが芋	ポークビッツ 脱脂粉乳	キャベツ、玉葱、人参 きゅうり、コーン缶 グリーンピース	ぶどう ジュース クッキー	コーラス 揚げ菓子	
7 金	ごはん 昆布煮	さんまのごま焼き ポテトサラダ もやしゆかり和え りんご、味噌汁	じゃが芋、マヨネーズ	さんま、魚肉ソーセージ	もやし、人参、きゅうり コーン缶	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう	
8 土	ごはん 切干し大根 煮物	メンチカツ ほうれん草ナムル かまぼこ、ミニトマト のり佃煮、すまし汁	パン粉、小麦粉、油	豚挽き肉、すりごま(白) かまぼこ	ほうれん草、人参 キャベツ、玉葱	緑茶 クラッカー	オレンジ ジュース せんべい	
9 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
10 月	<b>体 育 の 日</b> * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
11 火	ごはん 鮭缶	ミートローフ 切り昆布炒め煮 キャベツハムサラダ 柿、味噌汁	パン粉、マヨネーズ 油	豚ひき肉、ロースハム	切り昆布、人参、もやし キャベツ、きゅうり 玉葱、グリーンピース	麦茶 ウエハース	スポロン クッキー	
12 水	ごはん いんげん ソテー	親子煮 ラーメンサラダ ミートボール、大根煮物 ぶどう、麦茶	ゆで中華めん 糸こんにゃく、ごま油	卵、若鶏もも皮なし 焼き豆腐、ロースハム	白菜、玉葱、きゅうり 人参、レタス、しめじ ねぎ	ヤクルト ビスケット	りんご ジュース 揚げ菓子	
13 木	おにぎり 	豚汁 ミニオムレツ、梨 小松菜納豆和え ところてん	糸こんにゃく	豚バラ肉、焼き豆腐 卵、挽きわり納豆 いりごま(白)	白菜、キャベツ、人参 小松菜、玉葱、しめじ ねぎ	野菜 ジュース せんべい	牛乳 ウインナー 蒸しパン	
14 金	ごはん ちくわ煮	エビカレー ブロッコリーサラダ ミニフランク、オレンジ うずら卵煮物、麦茶	じゃが芋	エビ、脱脂粉乳 ミニフランク うずら卵煮物	玉葱、人参、コーン缶 グリーンピース ブロッコリー	いちごミルク クッキー	プリン クラッカー	
15 土	<b>お 遊 戯 会 (ひよこ組、こりす組、うさぎ組)</b> * 普通保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
給食室から		※3日は食育の日として「実りの秋を味わい、感謝をして食べましょう」の話をします。 * 13日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児) * 緑色の給食の文字は新メニューの献立です。 * オレンジ色のおやつ文字は手作りおやつの日です。 * 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。						



# 献立予定表 10月下旬

今月の目標 : 秋の味覚を味わい、感謝をして食べましょう。

2016年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ	
16日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
17月	ごはん 里芋煮物	白菜クリーム煮 ビーフソテー、鶏つくね オクラコーン和え ミニゼリー、麦茶	ビーフン、ごま油	脱脂粉乳、ベーコン	白菜、玉葱、オクラ コーン缶、人参 ピーマン	オレンジ ジュース クラッカー	牛乳 かりんとう	
18火	ごはん さつま芋煮	さめのから揚げ レンコンサラダ ひじき煮物 キウイ、味噌汁	マヨネーズ、片栗粉 油	さめ	レンコン、きゅうり ひじき、人参、しいたけ	麦茶 ウエハース	豆乳 ビスケット	
19水 ★お誕生会★	ナポリタン、ぶどう コロコロチキン揚げ ほうれん草カニサラダ 卵スープ		スパゲティ、油、片栗粉	若鶏もも皮なし かにふぶき、卵 ベーコン	ほうれん草、人参 玉葱、ピーマン、万能葱	緑茶 クッキー	牛乳 チーズ ケーキ	
20木	ごはん コーンバター	ハヤシライス チンゲン菜中華和え 焼き豚、生揚げ煮 ミニトマト、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース、脱脂粉乳 焼き豚、生揚げ	キャベツ、チンゲン菜 玉葱、グリーンピース 人参	ヤクルト ビスケット	コーラス 揚げ菓子	
21金	ごはん ほうれん草 ごま和え	ツナじゃが煮 春雨わかめサラダ かまぼこ、オレンジ 味噌汁、ふりかけ	じゃが芋、糸こんにゃく 春雨、ごま油	ツナ缶、かにふぶき	玉葱、きゅうり、人参 わかめ、グリーンピース	麦茶 クラッカー	ゼリー せんべい	
22土	ごはん さつま揚げ煮	豚肉のしょうが焼き もやしニラ納豆和え 卵豆腐、りんご 味付けのり、スープ	油	豚肩ロース 挽きわり納豆 卵豆腐	もやし、人参、ニラ 玉葱	緑茶 ウエハース	りんご ジュース クッキー	
23日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
24月	ごはん 大根煮物	鶏肉と小松菜の豆乳煮 キャベツのツナ和え シュウマイ、柿 エビッコ、味噌汁	油	豆乳、若鶏もも皮なし ツナ缶	玉葱、小松菜、人参 キャベツ、きゅうり	麦茶 クラッカー	いちごミルク ビスケット	
25火	ごはん 小松菜 のり和え	麻婆豆腐 ごぼうサラダ チーズ、枝豆 梨、麦茶	マヨネーズ、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 すりごま(白)	ごぼう、人参、きゅうり ピーマン、しいたけ ねぎ	野菜 ジュース クッキー	牛乳 かりんとう	
26水	ごはん いんげん ソテー	鮭のちゃんちゃん焼き さつま芋サラダ うずら卵煮物、ミニマト すまし汁	さつま芋 マヨネーズ、油	鮭、バター うずら卵水煮缶	キャベツ、玉葱、人参 万能葱	緑茶 ウエハース	牛乳 サンドイッチ	
27木	ごはん 昆布煮	ポテトオムレツ 切干し大根煮物 きゅうりサラダ ぶどう、スープ	じゃが芋、油 フレンチドレッシング	卵、さつま揚げ	玉葱、人参、きゅうり 切干し大根、コーン缶 ピーマン、しいたけ	麦茶 クラッカー	マミー せんべい	
28金	ごはん ブロッコリー カニ和え	チキンカレー マカロニサラダ ミートボール、オレンジ はんぺん煮、麦茶	じゃが芋、マカロニ マヨネーズ	鶏ひき肉、はんぺん 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、レタス きゅうり、コーン缶 グリーンピース	ヤクルト クッキー	牛乳 揚げ菓子	
29土	ごはん さんま缶	チンジャオロースー 長芋オクラサラダ チキンナゲット パイン缶、味噌汁	ごま油、長芋	豚肩ロース	ピーマン、赤ピーマン もやし、人参、オクラ	緑茶 ウエハース	スポロン ビスケット	
30日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
31月	ごはん ひじき煮	きのこハンバーグ パンプキンサラダ とろろてん、ミニマト 味噌汁、ふりかけ	マヨネーズ、砂糖	豚ひき肉、ベーコン	かぼちゃ、しめじ、玉葱 人参、とろろてん	麦茶 クラッカー	牛乳 せんべい	
給食室から		* 19日のお誕生会は園児全員に「ナポリタン」を提供いたしますのでごはんの持参は 必要ありません。(3歳以上児)						