

献立予定表 10月上旬

今月の目標 : 感謝の気持ちを持って食べましょう。

決	園長	主任保育士	担当者
裁			

2017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。					
2月	ごはん 卵豆腐	白菜中華炒め コロコロサラダ ポークビッツ 柿、味噌汁	ごま油、片栗粉 マヨネーズ	豚肩ロース ポークビッツ かまぼこ	白菜、玉葱、しめじ 人参、ピーマン きゅうり、コーン缶	麦茶 ビスケット	コーラス せんべい
3火 ※ ★十五夜会★	ごはん ほうれん草 おかか和え	うずら卵肉団子 きんぴらごぼう パンブキンサラダ りんご、味噌汁	パン粉、油 砂糖、マヨネーズ	うずら卵水煮缶 豚ひき肉 ごま、ベーコン	ごぼう、人参、しいたけ 玉葱、かぼちゃ	麦茶 ウエハース	牛乳 まんじゅう
4水	ごはん 切干し大根 煮物	肉豆腐 小松菜のさんま缶和え ポテトフライ ミニゼリー、スープ	じゃが芋、油	木綿豆腐、豚肩ロース さんま缶	人参、玉葱、ニラ 小松菜、キャベツ	麦茶 クラッカー	牛乳 お好み焼き
5木	ごはん チーズ	コーンシチュー キャベツの鶏ささ身 和え ミートボール、梨 はんぺん煮物、麦茶	じゃが芋	鶏ささ身、はんぺん 脱脂粉乳	コーン缶、人参、玉葱 キャベツ、きゅうり	オレンジ ジュース クッキー	マミー せんべい
6金	ごはん ひじき煮	タラ汁、ふりかけ マカロニ野菜ソテー もやしゆかり和え チキンナゲット、ミニトマ	マカロニ、油	タラ	大根、人参、玉葱 ピーマン、もやし	麦茶 ビスケット	りんご ジュース 揚げ菓子
7土	ごはん コーン煮	豚肉野菜炒め ところてんサラダ かまぼこ、みかん缶 鮭フレーク、すまし汁	ごま油	豚肩ロース、かまぼこ 魚肉ソーセージ	もやし、人参、玉葱 レタス、きゅうり ところてん	麦茶 ウエハース	スポロン クラッカー
8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。					
9月		体育の日 *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火	ごはん 醤油昆布	ソーセージパン粉焼き なすの味噌炒め うずら卵煮物 ぶどう、スープ	パン粉、小麦粉、油	魚肉ソーセージ うずら卵水煮缶	なす、玉葱、人参 ピーマン	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう
11水	ごはん 粉ふぎ芋	いとこ煮 れんこんサラダ 焼き豚、枝豆 りんご、麦茶	糸こんにゃく マヨネーズ	卵、豚肩ロース 焼き豆腐、焼き豚	白菜、れんこん、玉葱 きゅうり、人参、ねぎ	ぶどう ジュース クッキー	コーラス ウエハース
12木	ごはん 大根煮物	カレイの煮つけ もやしニラ納豆和え さつま芋ミルク煮 オレンジ、味噌汁	油、さつま芋 砂糖	カレイ 挽きわり納豆 牛乳	もやし、人参、ニラ 玉葱	麦茶 クラッカー	牛乳 ウインナー 蒸しパン
13金	ごはん キャベツ カニ和え	ツナカレー ブロッコリーサラダ 生揚げ煮物、チーズ ミニトマト、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	卵、ツナ缶、脱脂粉乳 生揚げ、チーズ	ブロッコリー、玉葱 人参、コーン缶 グリーンピース	ヤクルト ビスケット	野菜 ジュース 揚げ菓子
14土		お遊戯会 (ひよこ組、こりす組) *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。					
15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。					
給食室から		※3日は食育の日として「十五夜のお供え物～感謝の気持ち～」のお話をします。 *オレンジ色のおやつ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。					
給食献立 レシピ (約4人分)	小松菜のさんま缶和え(小松菜1束、人参1/2本、さんまのかば焼き缶1缶) ①小松菜は茹でて、冷まし、食べやすい大きさに切る。 ②人参は細切りにして、茹でて冷ましておく。 ③ポウロに、小松菜、人参、さんまのかば焼き缶をほぐして、汁ごと入れて混ぜたら出来上がり☆ きのこスパゲティ(スパゲティ300g、しめじ1株、しいたけ1パック、ベーコン2枚、バター20g、しょうゆ大さじ4) ①スパゲティを茹でておく。 ②しめじをほぐし、しいたけをスライス切り、ベーコンを細切りにする。 ③フライパンにバター、しめじ、しいたけ、ベーコンを入れて、しんなりするまで炒める。 ④スパゲティとしょうゆを入れて、味がなじんだら出来上がり☆						
							

献立予定表 10月下旬

今月の目標 : 感謝の気持ちを持って食べましょう。

2017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月	ごはん 小松菜 ごま和え	イタリアンオムレツ きのこスパゲティ レタスサラダ 梨、味噌汁	サラスパ、油 フレンチドレッシング	卵、ピザ用チーズ バター、ベーコン	トマト、しめじ、しいたけ 玉葱、レタス、きゅうり パセリ粉	麦茶 ウエハース	牛乳 クッキー
17火	ごはん かぼちゃ煮	ハヤシライス チンゲン菜カニサラダ 鶏つくね、卵豆腐 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 かにふぶき、卵豆腐	チンゲン菜、キャベツ 玉葱、人参 グリーンピース	オレンジ ジュース クラッカー	マミー せんべい
18水	炊き込みごはん ソースヒレカツ、春雨サラダ ミックスフルーツ ★お誕生会★ わかめスープ		パン粉、小麦粉 油、春雨	豚ヒレ肉 魚肉ソーセージ	人参、しめじ、しいたけ レタス、きゅうり グリーンピース	麦茶 ビスケット	牛乳 チョコケーキ
19木	ごはん かまぼこ	ベーコンシチュー もやしとクラゲの酢の物 ミニフランク、大根煮物 オレンジ、麦茶	じゃが芋、ごま油	ベーコン、ミニフランク くらげ(塩抜き)	もやし、きゅうり、人参 玉葱、大根	野菜 ジュース せんべい	スポロン 揚げ菓子
20金	ごはん 鶏そぼろ	さめの磯辺焼き ごぼうサラダ オクラコーンとえりんご、すまし汁	マヨネーズ、油	さめ、すりごま(白)	ごぼう、人参、きゅうり オクラ、コーン缶 青のり	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
21土	ごはん さつま揚げ煮	肉じゃが わかめの酢の物 シュウマイ、黄桃缶 ふりかけ、味噌汁	じゃが芋、糸こんにゃく	若鶏もも皮なし	人参、玉葱、きゅうり わかめ、グリーンピース	麦茶 クッキー	ゼリー クラッカー
22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。 *						
23月	ごはん 切干し大根 煮物	麻婆豆腐 ほうれん草サラダ ミートボール、パイン缶 はんぺん煮、麦茶	マヨネーズ、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 魚肉ソーセージ	ほうれん草、人参 ピーマン、しいたけ キャベツ、ねぎ	りんご ジュース ビスケット	マミー 揚げ菓子
24火	ごはん 鮭缶	チンジャオロースー ポテトサラダ うずら卵煮物、オレンジ のり佃煮、スープ	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース 魚肉ソーセージ うずら卵水煮缶	ピーマン、赤ピーマン 人参、玉葱、きゅうり コーン缶	麦茶 ウエハース	豆乳 せんべい
25水	おにぎり 	豚汁 ひじきの煮物 チキンナゲット、枝豆 りんご	糸こんにゃく	豚バラ肉、焼き豆腐	白菜、玉葱、しめじ 人参、ねぎ、ひじき しいたけ	麦茶 クラッカー	牛乳 かぼちゃ ドーナツ
26木	ごはん 豆腐煮物	ミートローフ れんこんきんぴら きゅうりカニ和え キウイ、味噌汁	パン粉、ごま油	豚ひき肉 かにふぶき いりごま(白)	人参、玉葱、コーン缶 きゅうり、れんこん しいたけ	麦茶 クッキー	コーラス せんべい
27金	ごはん いんげん 煮物	チキンカレー マカロニサラダ ウインナー、チーズ 梨、麦茶	じゃが芋、マカロニ マヨネーズ	鶏ひき肉、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ チーズ	玉葱、人参、レタス きゅうり、グリーンピース	ヤクルト ビスケット	りんご ジュース クラッカー
28土	ごはん 醤油昆布	豚肉の生姜焼き キャベツのツナ和え さつま芋甘煮 ミニトマト、味噌汁	砂糖、油、さつま芋	豚肩ロース ツナ缶	キャベツ、人参 きゅうり、玉葱	麦茶 ウエハース	ヨーグルト クッキー
29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。 *						
30月	ごはん さんま缶	ポテトオムレツ 小松菜納豆和え ところてん、焼き豚 オレンジ、スープ	じゃが芋、油	卵、ピザ用チーズ 挽きわり納豆 焼き豚	キャベツ、小松菜 玉葱、ピーマン ところてん	麦茶 せんべい	ぶどう ジュース 揚げ菓子
31火	ごはん コーン煮	メンチカツ 切り昆布炒め煮 フレンチサラダ 黄桃缶、味噌汁	小麦粉、パン粉 フレンチドレッシング	豚ひき肉	もやし、切り昆布 人参、キャベツ きゅうり	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
給食室から	<p>* 18日のお誕生会は園児全員に「炊き込みごはん」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)</p> <p>* 25日はおにぎりを持たせるようお願いします。(3歳以上児)</p>						

