

# 献立予定表 10月上旬

今月の目標:運動をして、おいしくごはんをいただきますよ。

2018

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			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		
1月	ごはん 生揚げ煮	ハヤシライス ほうれん草春雨和え ウインナー ぶどう、麦茶	じゃが芋、春雨 ごま油	豚肩ロース、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ ウインナー	人参、玉葱、ほうれん草 グリーンピース	麦茶 クラッカー	牛乳 ビスケット
2火	ごはん 粉ふき芋	ミートローフ ひじきの煮物 うずら卵煮物 りんご、味噌汁	油、パン粉	豚ひき肉 うずら卵水煮缶	ひじき、しいたけ、人参 コーン缶、グリーンピース 玉葱	麦茶 せんべい	麦茶 揚げ菓子
3水	ごはん チンゲン菜 のり和え	麻婆豆腐 サラダうどん チキンナゲット 柿、麦茶	茹でうどん	豚ひき肉 絹ごし豆腐	人参、しいたけ、ねぎ レタス、きゅうり	麦茶 ウエハース	りんご ジュース 揚げ菓子
4木	ごはん 醤油昆布	さばの味噌煮 キャベツカニサラダ 大根煮物 ミニトマト、味噌汁	マヨネーズ	さば、カニふぶき	人参、キャベツ きゅうり、大根 おろししょうが	麦茶 クッキー	麦茶 クラッカー
5金	ごはん はんぺん煮	コーンコロッケ なすのミートスパゲティ 枝豆、梨 スープ、鮭フレーク	サラスパ、油 パン粉、小麦粉	豚ひき肉	なす、人参、玉葱	麦茶 ビスケット	牛乳 せんべい
6土	ごはん さんま缶	鶏肉の照焼き もやしとクラゲの酢の物 かまぼこ 黄桃缶、すまし汁	ごま油	若鶏もも皮なし かまぼこ	玉葱、もやし、人参 きゅうり、塩クラゲ	麦茶 ウエハース	ヨーグルト クッキー
7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。</b>						
8月	<b>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。</b>						
9火	ごはん 小松菜 ツナ和え	納豆卵焼き コロコロサラダ 柿、ふりかけ 味噌汁	マヨネーズ	卵、挽きわり納豆 かまぼこ	人参、コーン缶 きゅうり、万能葱	麦茶 クッキー	きつね うどん
10水	ごはん ちくわ煮	白菜クリーム煮 ビーフン野菜ソテー 焼き豚 オレンジ、麦茶	ビーフン、ごま油	ベーコン、脱脂粉乳 焼き豚	白菜、人参、玉葱 コーン缶、もやし ピーマン	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
11木	おにぎり 	タラ汁 マカロニサラダ ミニフランク りんご	マカロニ マヨネーズ	タラ、焼き豆腐 魚肉ソーセージ	大根、人参、しめじ ねぎ、レタス、きゅうり	麦茶 せんべい	麦茶 チーズ クラッカー
12金	ごはん 鮭缶	煮込みハンバーグ ブロッコリーサラダ ポテトフライ 梨、味噌汁	マヨネーズ、砂糖	豚ひき肉	人参、ピーマン、玉葱 ブロッコリー、コーン缶	麦茶 クラッカー	豆乳 ビスケット
13土	<b>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。</b>						
14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。</b>						
15月	ごはん いんげん 煮物	チキンカレー ラーメンサラダ 鶏つくね パン缶、麦茶	じゃが芋、茹で中華麺 ごま油	鶏ひき肉、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	玉葱、人参、コーン缶 レタス、きゅうり グリーンピース	麦茶 クッキー	牛乳 せんべい
給食室から	<p>* 11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)</p> <p>* 16日のお誕生会は園児全員に「ウインナードッグ」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>※24日は食育の日として「牛乳について」のお話をします。</p> <p>* 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。</p>						



# 献立予定表 10月下旬

今月の目標:運動をして、おいしくごはんをいただきますよう。

2018

認定こども園しらゆり保育園

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 火		ウインナードッグ エビフライ 小松菜ツナサラダ ★お誕生会★ミニゼリー、野菜スープ	油、パン粉、小麦粉 ロールパン、春雨	エビ、ウインナー ツナ缶	小松菜、人参、玉葱 キャベツ	麦茶 ビスケット	麦茶 バナナ パフェ
17 水	ごはん さつま芋煮	豚肉の生姜焼き もやしの酢の物 枝豆、みかん缶 スープ	油	豚肩ロース	玉葱、人参、もやし きゅうり	麦茶 クッキー	りんご ジュース クラッカー
18 木	ごはん チーズ	いとこ煮 ごぼうサラダ ミートボール りんご、麦茶	マヨネーズ	豚肩ロース、卵 ごま、焼き豆腐	白菜、人参、玉葱 葱、レタス、きゅうり	麦茶 ウエハース	牛乳 せんべい
19 金	ごはん コーン煮	里芋のっぺい汁 春雨中華和え シュウマイ 柿、オクラ納豆	里芋、片栗粉 糸こんにゃく、春雨	若鶏もも皮なし 挽きわり納豆 卵	人参、ごぼう、しめじ レタス、きゅうり、ねぎ オクラ	麦茶 クラッカー	スポロン 揚げ菓子
20 土	ごはん 粉ふき芋	生揚げ味噌炒め レタスサラダ かまぼこ、ミニトマト すまし汁、鮭フレーク	フレンチサラダ ごま油	生揚げ、かまぼこ 豚ひき肉	玉葱、人参、しいたけ レタス、きゅうり	麦茶 せんべい	麦茶 ビスケット
21 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。						
22 月	ごはん 大根煮物	さんまの照焼き 切り昆布煮物 パンプキンサラダ 梨、味噌汁	油、片栗粉 砂糖	さんま ベーコン	切り昆布、もやし かぼちゃ、人参	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
23 火	ごはん 小松菜 のり和え	なすと豚ひき肉のカレー れんこんサラダ チキンナゲット パイン缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚ひき肉、脱脂粉乳	なす、人参、玉葱 コーン缶、きゅうり れんこん	麦茶 クラッカー	麦茶 チーズ せんべい
24 水 ※	ごはん ソーセージ	長芋と豚肉の炒め煮 キャベツわかめ和え 卵豆腐、オレンジ 味噌汁	長芋、糸こんにゃく	豚肩ロース 卵豆腐	人参、玉葱、ねぎ キャベツ、わかめ	麦茶 クッキー	牛乳 揚げ菓子
25 木	ごはん ほうれん草 おかか和え	豚汁 ところてんサラダ 鶏つくね りんご、ふりかけ	ごま油	豚バラ肉、焼き豆腐 魚肉ソーセージ ごま	白菜、人参、玉葱 しめじ、ところてん ねぎ、きゅうり、レタス	麦茶 ビスケット	ヨーグルト ウエハース
26 金	ごはん チンゲン菜 ごま和え	オムレツミートソース オクラツナスパサラダ 柿、のり佃煮 スープ	サラスパ、油	卵、豚ひき肉 ツナ缶	玉葱、人参、オクラ しめじ	麦茶 クラッカー	牛乳 クッキー
27 土	ごはん 豆腐煮物	メンチカツ 切干し大根煮物 きゅうりサラダ ミニトマト、味噌汁	パン粉、小麦粉、油 マヨネーズ	豚ひき肉、かまぼこ	切干し大根、しいたけ 人参、きゅうり コーン缶	麦茶 せんべい	麦茶 ビスケット
28 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。						
29 月	ごはん ひじき煮	鮭のちゃんちゃん焼き さつま芋ミルク煮 焼き豚、オレンジ スープ	砂糖、さつま芋	鮭、焼き豚 牛乳	キャベツ、玉葱、人参	麦茶 クッキー	麦茶 クラッカー
30 火	ごはん いんげん 煮物	ベーコンシチュー シルバーサラダ ミートボール りんご、麦茶	マヨネーズ、じゃが芋 春雨	ベーコン、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 レタス、きゅうり	麦茶 ビスケット	牛乳 かぼちゃ 蒸しパン
31 水	ごはん 醤油昆布	肉豆腐 ブロッコリーツナ和え うずら卵煮物 梨、味噌汁	油	豚肩ロース、木綿豆腐 うずら卵水煮缶 ツナ缶	ニラ、玉葱、人参 ブロッコリー	麦茶 ウエハース	りんご ジュース 揚げ菓子