

10月の給食



12日 お弁当の日★
21日 お誕生日会★

くげにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ	
1	土	五目チャーハン ブロッコリーのごまマヨ和え さつま芋のみそ汁	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 卵 ブロッコリー わかめ ごま さつま芋 みそ さとう しょうゆ す ごま油 マヨネーズ	ビスケット ラムネ 牛乳	
3	月	そぼろ丼 さつま芋サラダ わかめスープ	米 鶏ミンチ 卵 さつま芋 じゃが芋 きゅうり わかめ 冬瓜 人参 生姜 マヨネーズ ホットケーキの素 牛乳 さとう しょうゆ す みりん	★手作りおやつ★ 【カスタードホットケーキ・牛乳】	
4	火	ごはん シーチキンフリッター マカロニサラダ えのきのみそ汁	米 ツナ 玉ねぎ さつま芋 人参 ピーマン えのき わかめ マカロニ キャベツ きゅうり じゃが芋 じゃこ 小麦粉 片栗粉 卵 牛乳 さとう しょうゆ みそ マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【おやき・牛乳】	
5	水	ごはん 肉うどん 切干大根の煮物 油揚げの酢の物	米 生うどん 牛肉 卵 ネギ 油揚げ キャベツ きゅうり 切干大根 人参 牛乳 さとう しょうゆ みりん す	おせんべい ラムネ 牛乳	
6	木	ごはん さばのみそ煮 大根サラダ ベーコンと白菜のスープ	米 さば 大根 じゃこ きゅうり 白菜 ベーコン 玉ねぎ 人参 さつま芋 生姜 牛乳 みそ さとう しょうゆ ごま油	★手作りおやつ★ 【大学芋・牛乳】	
7	金	カレーライス えのきのごま和え 果物 豆腐入り人参スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 パイン缶 えのき キャベツ きゅうり 豆腐 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース ごま	ビスケット ラムネ 牛乳	
8	土	☆運動会☆ みんな かけっこがんばってね！！			
10	月	☆祝日☆ ☆体育の日☆			
11	火	ごはん 鶏のテリヤキ ほうれん草のごま和え さつま芋のみそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 キャベツ ちくわ さつま芋 玉ねぎ 人参 みそ しょうゆ さとう ごま みりん	★手作りおやつ★ 【果物・お茶】	
12	水	☆お弁当の日☆ なにがはいってるかな??			★手作りおやつ★ 【スイートホネト・牛乳】
13	木	ごはん 揚げしゅうまい さつま芋天ぷら ツナサラダ 豆乳スープ	米 しゅうまい さつま芋 きゅうり キャベツ ツナ しめじ 玉ねぎ 人参 豆乳 牛ミンチ しいたけ 桜エビ 卵 ホットケーキの素 小麦粉 牛乳 リンゴジュース しょうゆ す みそ ごま油	★手作りおやつ★ 【中華蒸パン・リンゴジュース】	
14	金	カレーライス 卵の酢の物 果物 春雨スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 パイン缶 卵 キャベツ きゅうり 春雨 わかめ 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース す	おせんべい ラムネ 牛乳	
15	土	五目チャーハン ブロッコリーのごまマヨ和え さつま芋のみそ汁	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 卵 ブロッコリー わかめ ごま さつま芋 みそ さとう しょうゆ す ごま油 マヨネーズ	ビスケット ラムネ 牛乳	
17	月	そぼろ丼 さつま芋サラダ わかめスープ	米 鶏ミンチ 卵 さつま芋 じゃが芋 きゅうり わかめ 冬瓜 人参 生姜 マヨネーズ ホットケーキの素 牛乳 さとう しょうゆ す みりん	★手作りおやつ★ 【カスタードホットケーキ・牛乳】	
18	火	ごはん シーチキンフリッター マカロニサラダ えのきのみそ汁	米 ツナ 玉ねぎ さつま芋 人参 ピーマン えのき わかめ マカロニ キャベツ きゅうり じゃが芋 じゃこ 小麦粉 片栗粉 卵 牛乳 さとう しょうゆ みそ マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【おやき・牛乳】	
19	水	ごはん 肉うどん 切干大根の煮物 油揚げの酢の物	米 生うどん 牛肉 卵 ネギ 油揚げ キャベツ きゅうり 切干大根 人参 牛乳 さとう しょうゆ みりん す	おせんべい ラムネ 牛乳	
20	木	ごはん さばのみそ煮 大根サラダ ベーコンと白菜のスープ	米 さば 大根 じゃこ きゅうり 白菜 ベーコン 玉ねぎ 人参 さつま芋 生姜 牛乳 みそ さとう しょうゆ ごま油	★手作りおやつ★ 【大学芋・牛乳】	
21	金	ちらし寿司 えのきのごま和え 豆腐のみそ汁	米 しいたけ かんぴょう 人参 三度豆 卵 豆腐 えのき キャベツ きゅうり 白ごま さとう す しお しょうゆ みりん みそ	ビスケット ラムネ 牛乳	
22	土	あんかけうどん 小羊の煮物	生うどん キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし かまぼこ えのき 小羊 さとう しょうゆ みりん	おせんべい ラムネ 牛乳	
24	月	ごはん ミトスハゲッティ ハムサラダ 鶏肉スープ	米 スハゲッティ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 トマト缶 ハム きゅうり キャベツ 冬瓜 えのき ロールパン きな粉 牛乳 ケチャップ さとう しょうゆ す マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【きな粉パン・牛乳】	
25	火	ごはん 鶏のテリヤキ ほうれん草のごま和え さつま芋のみそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 キャベツ ちくわ さつま芋 玉ねぎ 人参 みそ しょうゆ さとう ごま みりん	★手作りおやつ★ 【果物・お茶】	
26	水	ひじきごはん きつねうどん じゃこの酢の物	米 ひじき 油揚げ 人参 生うどん 卵 ネギ じゃこ きゅうり キャベツ しょうゆ さとう す みりん	ビスケット ラムネ 牛乳	
27	木	ごはん 揚げしゅうまい さつま芋天ぷら ツナサラダ 豆乳スープ	米 しゅうまい さつま芋 きゅうり キャベツ ツナ しめじ 玉ねぎ 人参 豆乳 牛ミンチ しいたけ 桜エビ 卵 ホットケーキの素 小麦粉 牛乳 リンゴジュース しょうゆ す みそ ごま油	★手作りおやつ★ 【中華蒸パン・リンゴジュース】	
28	金	カレーライス 卵の酢の物 果物 春雨スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 パイン缶 卵 キャベツ きゅうり 春雨 わかめ 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース す	おせんべい ラムネ 牛乳	
29	土	五目チャーハン ブロッコリーのごまマヨ和え さつま芋のみそ汁	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 卵 ブロッコリー わかめ ごま さつま芋 みそ さとう しょうゆ す ごま油 マヨネーズ	ビスケット ラムネ 牛乳	
31	月	そぼろ丼 さつま芋サラダ わかめスープ	米 鶏ミンチ 卵 さつま芋 じゃが芋 きゅうり わかめ 冬瓜 人参 生姜 マヨネーズ ホットケーキの素 牛乳 さとう しょうゆ す みりん	★手作りおやつ★ 【ハロウィン】	

*10時のおやつは、ヤクルトです。

*仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合がありますが、ご了承下さい。



秋を感じられるような気候になってきました。

秋は実りの秋、食欲の秋ともいわれるように、食べることに興味を持ち、食べるのが楽しくなるような季節にしたいですね。

今月は畑からネギ、ほうれん草、さつま芋がやってきます。秋の味覚をたくさん取り込んだ今月の献立、給食を楽しみにしててください。

今月は、運動会がありますね♪

みんな元気に、本番を迎えられるよう、ご飯をいっぱい食べて体調管理をしてくださいね。