

10月 幼児用給食献立表



まつぼっくり保育園



2022年

日曜日	給食	献立
1 土	カレーライス	キャベツとピーマンのソースツナサラダ フルーツ
2 日		
3 月	チーズ入りサラダ	パイナップル
4 火	ゆかりごはん	豆腐の味噌汁 かじきのサクサク竜田揚げ 野菜の海苔和え ゆでワコーリ みかん寒天
5 水	ふんわりごはん	冬瓜たっぷり汁 チンジャオロース 里芋の胡麻みそあえ 小松菜の炒り卵和え 梨
6 木	手作りふんわりパン	白菜としめじの豆乳スープ はんぺんフライ フレンチサラダ トマト パナ
7 金	舞茸ご飯	とろろかきたま汁 ぶりの照り焼き 切り干し大根の煮物 ほうれん草の胡麻和え 柿
8 土	豚丼	白菜の味噌汁 ちくわサラダ フルーツ
9 日		
10 月		
11 火	わかめごはん	もやしの味噌汁 鯖のみみじ焼き 冬瓜と豚肉の炒め物 小松菜のお浸し 梨
12 水	大人気黒糖パン	もちもち押し麦スープ 豚じゃがポール 豆腐サラダ トマト パナ
13 木	あつたかカレーうどん	鶏肉のごま味噌焼き れんこんとワコーリのサラダ オレンジ
14 金	炊きたてごはん	具だくさん豚汁 鯖の西京焼き ひじきの煮物 和風サラダ 柿
15 土	焼きそば	かにかまスープ コーンサラダ フルーツ
16 日		
17 月	チキンうどん	焼きししゃも ワコーリのおかかあえ りんごゼリー
18 火	真白ごはん	なすの味噌汁 鱈の竜田揚げ カラフル味噌エビサラダ きゅうりの浅漬け 梨
19 水	手作りパン	ポトフ タルタルつぶりチキン南蛮 ほうれん草サラダ さつぱりトマト パナ
20 木	みんな大好きふりかけごはん	キャベツの味噌汁 松風焼き スパゲッティサラダ
21 金	釜炊き栗おこわ	お麩がしいばい清まし汁 鯖の塩焼き 金平ごぼう 白和え 柿
22 土	麻婆豆腐丼	大根の味噌汁 トマトサラダ フルーツ
23 日		
24 月	けんちんうどん	ちくわの磯辺揚げ りんごが入ったサラダ ヨーグルト
25 火	炊きたてごはん	豆腐の味噌汁 ほんのり柚子香るかじきのみそ焼き さつま芋サラダ 白菜漬け 柿
26 水	食パン(手作りシヤム)	野菜スープ やわらか〜いブロッコリーハンバーグ ほうれん草とコーンのソテー 人参のグラッセ 梨
27 木	こあら粗生メニュー	(ねない子だれだカレー コーンスープ 鶏の唐揚げ 春雨サラダ 煮かぼちゃ 2色ゼリー)
28 金	ゆかりごはん	あさりもずく汁 さんまの蒲焼き 野菜の海苔和え ゆでワコーリ パナ
29 土	中華丼	豆腐のスープ フカコニサラダ フルーツ
30 日		
31 月	ピレパ	豆腐ふんわりスープ ココロセブアンサラダ トマト パナップ
		さつまいもポーツ 牛乳
		590Kcal 22.8g

仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

今月の予定

21日(金) 釜炊き栗おこわ 今月から釜炊きおこわ復活です！
27日(木) こあら粗生メニュー



絵本の「ねない子だれだカレー」とハロウィンソングのコーポメニュー！
どんなカレーになるかお楽しみに。