

2020年10月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料			
				血・肉・骨になる(赤)	働く方のもとになる(黄)	体の調子を整える(緑)	
1	木	ご飯	凍り豆腐の卵とじ 春雨の酢の物 フルーツ ☆牛乳・パン(乳児組) ☆牛乳・お月見団子(幼児組)	凍り豆腐 鶏卵 牛乳 牛乳 きな粉	砂糖 春雨 砂糖 パン 白玉粉 砂糖	人参 玉葱 にら きゅうり 人参 コーン 果物	
2	金	ご飯	鶏肉の照り煮 ポテトサラダ フルーツ ☆鉄分ヨーグルト・いりこ	鶏肉	砂糖 じゃがいも マヨネーズ	玉葱 人参 いんげん 葱 人参 きゅうり コーン 果物	
3	土	中華麺	中華そば にんじんシリシリ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉 蒲鉾 わかめ 鶏卵 ツナ缶 牛乳	中華麺 油 お菓子	人参 玉葱 コーン 葱 人参 果物	
5	月	ご飯	大豆の五目煮 山吹和え フルーツ ☆牛乳・ドーナツ(紅いも)	鶏肉 水煮大豆 さつま揚げ 昆布 鶏卵	板こんにゃく 油 砂糖 春雨・砂糖 油・ホットケーキミックス	ごぼう・人参・玉葱・干し椎茸・いんげん ほうれん草 人参 キャベツ 果物	
6	火	ご飯	まりあげ マカロニサラダ ふのすまし汁 ☆牛乳・プリン・昆布	豆腐 ひじき 鶏ひき肉 昆布 牛乳 昆布	片栗粉 パン粉 油 砂糖 マカロニ マヨネーズ おつゆふ プリン	葱 生姜 キャベツ 人参 きゅうり コーン 人参 えのき 三つ葉	
7	水	ご飯	生揚げのそぼろ煮 チンゲン菜のお浸し フルーツ ☆牛乳・ホットケーキ	牛ひき肉 生揚げ ちりめん 鰹節 牛乳 スキムミルク	じゃがいも ホットケーキM マーガリン 砂糖 ベーキング	玉葱 人参 いんげん 生姜 人参 チンゲン菜 キャベツ 果物	
8	木	ご飯	さばの煮つけ 小松菜 月見汁 ☆牛乳・ジャムサンド	さば 煮干し みそ 牛乳	片栗粉 砂糖 里芋 食パン ジャム	生姜 小松菜 玉葱 人参 葱	
9	金	ご飯	白菜と豚肉の炒め煮 里芋と小松菜のごま和え フルーツ ☆牛乳・フルーチェ・お菓子	豚肉 牛乳	油 砂糖 里芋 ごま 砂糖 フルーチェ お菓子	白菜 人参 にら 小松菜 果物 フルーツ缶	
10	土		 運動会(お弁当の日) 				
12	月	ご飯	五目炒り豆腐 切干大根のごまネーズ フルーツ ☆牛乳・おさつスティック	牛ひき肉 豆腐 ちくわ 鶏卵 ハム 牛乳	油 砂糖 ごま 砂糖 マヨネーズ さつま芋 油	人参 玉葱 キャベツ ピーマン 切り干し大根 小松菜 果物	
13	火	ご飯	魚の甘酢あんかけ 粉ふきいも むらくもスープ ☆牛乳・グラタン	白身魚 青のり 鶏卵 牛乳 ベーコン チーズ	小麦粉 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも 片栗粉 マカロニ 小麦粉 マーガリン	玉葱 人参 葱 干し椎茸 玉葱 人参 パセリ 玉葱 パセリ	
14	水	パン	クリームシチュー きゃべつとコーンのサラダ フルーツ ☆きのこおむすび	豚肉 牛乳 スキムミルク 粉チーズ ハム 油揚げ	じゃがいも シチューの素 油 油 精白米	玉葱 人参 グリーンピース キャベツ コーン 果物 しめじ 生椎茸 えのき	
15	木	ご飯	麻婆豆腐 ハンサンスー フルーツ ☆牛乳・あんバタートースト	豆腐 合いびき肉 ちくわ みそ 鶏卵 蒲鉾 牛乳	砂糖 油 ごま 片栗粉 春雨 油 ごま ごま油 砂糖 マーガリン 食パン こしあん	人参 玉葱 えのき 葱 人参 きゅうり 玉葱 果物	

10日はおかず入りのお弁当を持ってきてください

3日、17日、24日、31日は主食を園で提供のため、幼児もご飯はいりません。

※1日…お団子作り(乳児組・幼児組)

※8日…ジャムサンド作り(乳児組・幼児組)

※14日…きのこおむすび作り(たんぼぼ組・幼児組)

※16日…誕生日ケーキのデコレーション(ゆり組)

※20日…クラッカーサンド作り(たんぼぼ組・幼児組)