

# 2022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)	働く力のもとになる(黄)	体の調子を整える(緑)
1	土	パスタ	きのこスパゲッティ コンソメスープ  ☆牛乳・お菓子・フルーツ	ベーコン・鶏卵・海苔 牛乳	スパゲティ・油 じゃがいも  お菓子	生椎茸・えのき・しめじ・人参・玉葱・ほうれん草 人参・玉葱・パセリ  果物
3	月	ご飯	吉野煮 ほうれん草のおひたし フルーツ  ☆牛乳・ドーナツ(黒糖)	鶏肉・生揚げ 鰹節・ちりめん	じゃがいも・片栗粉・砂糖	大根・人参・いんげん ほうれん草・人参・キャベツ 果物
4	火	パン	スバニッシュオムレツ ミニトマト かぼちゃスープ  ☆鮭おむすび	ベーコン・鶏卵 牛乳・スキムミルク	じゃが芋・砂糖 かぼちゃ	人参・玉葱・ほうれん草 ミニトマト 人参・玉葱・パセリ
5	水	ご飯	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ フルーツ  ☆牛乳・きな粉麩ラスク	豚肉 ハム	油 春雨・砂糖・マヨネーズ	人参・玉葱・ピーマン・生姜・キャベツ 人参・きゅうり・コーン 果物
6	木	ご飯	凍り豆腐のオランダ煮 切干大根の甘酢和え フルーツ  ☆牛乳・ジャムサンド	凍り豆腐・鶏肉 ハム	じゃが芋・片栗粉・油・砂糖 ごま・砂糖	玉葱・人参・ピーマン 切干大根・人参 果物
7	金	ご飯	かき揚げ キャベツのひじき和え すまし汁  ☆牛乳・ちんすこう	えび ひじき 豆腐・昆布	小麦粉・油・さつまいも	人参・玉葱・ピーマン キャベツ 人参・えのき・三つ葉
8	土		 お弁当の日 			
11	火	ご飯	ホークビーンズ 小松菜のチーズ和え フルーツ  ☆牛乳・クラッカーサンド	水煮大豆・豚肉 ちりめん・チーズ	じゃがいも・砂糖・油 ごま・ごま油	人参・玉葱・ピーマン 小松菜・人参・キャベツ 果物
12	水	ご飯	筑前煮 ひじきサラダ フルーツ  ☆牛乳・かぼちゃ団子	鶏肉・うずら卵 ハム・ちりめん・ひじき	砂糖・油・板麹・じゃがいも 砂糖・ごま	人参・干し椎茸・たけのこ・ごぼう 小松菜・人参 果物
13	木	ご飯	鮭のきのこ焼き 豚汁 フルーツ  ☆牛乳・揚げパン(きな粉)	鮭 豚肉・味噌	マヨネーズ 里芋・板こんにゃく	生椎茸・えのき・しめじ 人参・ごぼう・大根・葱 果物
14	金	パン	さつまいもコロケ ブロッコリー キャベツのスープ  ☆フルーツヨーグルト	牛乳・きな粉 牛ひき肉	ロールパン・砂糖・油	人参・玉葱・グリーンピース ブロッコリー キャベツ・人参・葱
15	土	中華麺	焼きそば かきたま汁  ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉・青のり 鶏卵	中華麺・油・お好みソース 片栗粉	人参・玉葱・ピーマン・キャベツ 人参・玉葱・葱  果物

※ 4日... 鮭おむすび作り(幼児組)  
7日... ちんすこう作り(ゆり組さん)

6日... ジャムサンド作り(幼児組)  
11日... クラッカーサンド作り(幼児組)



1日・15日・20日・22日・29日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。