



10月の献立



幼稚園

日 (曜日)	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	エネルギーとなる食品	体の調子を整える食品	エネルギー
1 (水)	☺オムレツ和風あんかけ	ジャーマンポテト チキンナゲット ほうれん草お浸し オムレツ和風あんかけ フルーツ	鶏肉 卵 蟹蒲鉾	ご飯 じゃが芋	玉葱 ピーマン ほうれん草 人参	314
2 (木)	🐟鯖香味パン粉焼き	白菜コンソメ煮 ミートボール 枝豆 ペンネソテー 鯖香味パン粉焼き ゼリー ロールパン	鶏肉 鯖	パン ペンネ	白菜 人参 玉葱 枝豆	305
3 (金)	🐔タンドリーチキン	牛蒡サラダ フライドポテト ぎょうざ 小松菜ソテー タンドリーチキン フルーツ	鶏肉 豆腐	ご飯 じゃが芋	牛蒡 胡瓜 小松菜 キャベツ	340
6 (月)	★にこにこ給食★ 🍔ハンバーグ	インゲン信田煮 わかめ酢の物 ポテトフライ うさぎ型ハンバーグ ゼリー	鶏肉 豚肉 刻み揚げ	ご飯 じゃが芋	インゲン わかめ 胡瓜 人参	331
7 (火)	☺自分de天津飯	麻婆茄子 切干大根ナムル 自分de天津飯 フルーツ	豚挽肉 卵 鶏肉 蟹蒲鉾	ご飯 胡麻 胡麻油	茄子 切干大根 胡瓜	291
8 (水)	チキン南蛮	千草和え チヂミ コーンソテー チキン南蛮 フルーツ	鶏肉 刻み揚げ 卵	ご飯	小松菜 椎茸 人参 ニラ	383
9 (木)	🍝ナポリタンスパゲティ	パンプキンキッシュ ひじきドレッシング和え ナポリタンスパゲティ ウインナー フルーツ 食パン	シーチキン 卵 ウインナー	スパゲティ 食パン	ひじき 胡瓜 南瓜 トマト	347
10 (金)	🍤エビカツ	菜の花マヨネーズ和え 人参しりしり 蓮根ブイヨン煮 エビカツ フルーツ	蟹蒲鉾 エビ シーチキン 卵	ご飯	菜の花 人参 蓮根 ピーマン	331
14 (火)	メンチカツ	胡瓜和風ドレッシング和え マカロニグラタン ブロッコリー炒め物 メンチカツ フルーツ	乳 鶏肉 脱脂粉乳	ご飯 マカロニ	胡瓜 人参 ブロッコリー 玉葱	317
15 (水)	★にこにこ給食★ 麻婆豆腐	のり塩コーン春巻き 竹輪煮付 蒟蒻煮付 麻婆豆腐 ゼリー	竹輪 豆腐 豚挽肉	ご飯 胡麻油	コーン 蒟蒻 葱	302
16 (木)	🍷とんかつ	カリフラワーカレー風味煮 厚焼玉子 スナップエンドウ香り and え キャベツソテー とんかつ フルーツ	卵 豚肉	ご飯	カリフラワー スナップエンドウ キャベツ 人参	340
17 (金)	★にこにこ給食★ 🐔鶏塩麴焼き	白菜胡麻和え 五目豆煮付 切干大根トマト煮 鶏塩麴焼き フルーツ	鶏肉 大豆 シーチキン	ご飯 胡麻	白菜 人参 切干大根 トマト	329
20 (月)	★にこにこ給食★ 肉じゃが	胡瓜中華和え 磯辺フライ 肉じゃが 人参甘煮 フルーツ	豚肉 イカ	ご飯 春雨 胡麻 胡麻油 じゃが芋	胡瓜 わかめ 人参 玉葱	368
21 (火)	ビビンバ麺	金平牛蒡 カレーのクリームフライ ビビンバ麺 ゼリー	牛乳 鶏挽肉	ご飯 中華麺	牛蒡 青梗菜 人参	376
22 (水)	★にこにこ給食★ 🐟白身魚竜田揚げ	ひじき煮付 人参ラペ ビーフン炒め物 白身魚竜田揚げ フルーツ	刻み揚げ 白身魚	ご飯 ビーフン	ひじき 人参 ピーマン	309
23 (木)	🐔鶏唐揚げ	蓮根サラダ インゲンフレーク煮 野菜ソテー 鶏唐揚げ フルーツ ロールパン	蟹蒲鉾 鶏肉 シーチキン	パン	蓮根 インゲン 玉葱 ピーマン	304
24 (金)	★にこにこ給食★ 照り焼きハンバーグ	ラタトゥイユ 枝豆おかか和え ボイルマカロニ 照り焼きハンバーグ フルーツ	かつお粉 鶏肉	ご飯 マカロニ	茄子 枝豆 玉葱 トマト	340
27 (月)	★にこにこ給食★ 🐔チキンカツ	人参ナムル がんも煮付 牛蒡炒め物 スナップエンドウゆかり和え チキンカツ ゼリー	がんも 鶏肉	ご飯 胡麻 胡麻油	人参 牛蒡 スナップエンドウ	321
28 (火)	味噌おでん	マカロニサラダ 野菜肉巻きフライ 味噌おでん フルーツ	鶏肉 卵 半平	ご飯 マカロニ	胡瓜 人参 インゲン コーン	329
29 (水)	🍲自分deドライカレー	高野豆腐五目煮 紫芋コロッケ 自分deドライカレー フルーツ	高野豆腐 鶏挽肉	ご飯 じゃが芋 紫芋	枝豆 椎茸 人参 ピーマン	354
30 (木)	🐟サーモンフライ	大根ブイヨン煮 ハムステーキ 大学芋 ブロッコリー中華炒め サーモンフライ フルーツ 食パン	ハム マス	食パン さつま芋	大根 人参 ブロッコリー 玉葱	335
31 (金)	★にこにこ給食★ 焼きそば	カリフラワーサウザン和え 南瓜きんとん 焼きそば カットコーン	豚肉	ご飯 焼きそば麺	カリフラワー 南瓜 キャベツ	352

★にこにこ給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。(ふりかけもおかけいたしません)
10/7(火)は自分de天津飯、10/29(水)は自分deドライカレーのため、ふりかけはおかけいたしません。
(注意)仕入れの都合により一部変更する事がありますのでご了承下さい。