

10月給食献立予定表

平成22年度 なでしこ幼稚園

日 曜	献立名	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子を整える
1 金	五穀ごはん 魚のピザ焼き マセドアンサラダ わかめスープ	魚・チーズ うすら卵・ロースハム	米・五穀米・じゃがいも 油・ごま	人参・玉ねぎ・わかめ きゅうり・ピーマン
4 月	五穀ごはん さんまの竜田揚げ ゆかり和え 豚汁	さんま・豚肉 油揚げ・味噌	米・五穀米・こんにゃく 里芋・油・かたくり粉	人参・もやし・小松菜 大根・ごぼう・ねぎ
5 火	五穀ごはん 大根のそぼろ煮 野菜の胡麻和え くだもの	鶏肉・厚揚げ うすら卵	米・五穀米・砂糖 こんにゃく・ごま・ごま油	人参・大根・ほうれん草 もやし・玉ねぎ・椎茸
6 水	お弁当			
7 木	カレーライス フルーツポンチ	鶏肉・スキムミルク チーズ	米・五穀米 じゃがいも・油	人参・玉ねぎ・コーン・もも ピーマン・みかん・パイナップル
8 金	ロールパン ミートスパゲティ コーンサラダ	豚肉・ロースハム 粉チーズ	パン・スパゲティ	人参・玉ねぎ・トマト・パセリ キャベツ・コーン・ピーマン
11 月	体育の日			
12 火	五穀ごはん 里芋のゴマ味噌煮 鮭の塩焼き 即席漬	鮭・豚肉・厚揚げ 味噌	米・五穀米・こんにゃく 里芋・砂糖・ごま・ごま油	人参・キャベツ・大根 いんげん・塩昆布
13 水	お弁当			
14 木	ロールパン チーズチキンカツ ブロッコリーサラダ 豆のミネストローネ	鶏肉・いんげん・チーズ 卵・ツナ・ベーコン	ロールパン・マカロニ マヨネーズ・パン粉・小麦粉	人参・キャベツ・ブロッコリー・コーン きゅうり・トマト・玉ねぎ・セロリ・パセリ
15 金	五穀ごはん レバーの野菜和え けんちん汁 くだもの	鶏レバー・厚揚げ・鶏肉 卵・煮干し	米・五穀米 里芋・油・こんにゃく	人参・大根・ごぼう もやし・にら・ねぎ
16 土	おやつ			
17 日	運動会			
18 月	振替休日			
19 火	振替休日			
20 水	お弁当			
21 木	ミルクパン ちゃんぽん麺 ぎょうざ	豚肉・いか・かまぼこ ちくわ	ミルクパン・ごま 中華麺	人参・玉ねぎ・キャベツ
22 金	五穀ごはん 魚のみそマヨ焼き きのこのシチュー ブロッコリー	魚・鶏肉・卵・味噌	米・五穀米・マヨネーズ じゃがいも・油・砂糖	人参・玉ねぎ・しめじ・マッシュルーム・のり ブロッコリー・エリンギ・グリーンピース
25 月	五穀ごはん さんまの竜田揚げ ゆかり和え 豚汁	さんま・豚肉 油揚げ・味噌	米・五穀米・こんにゃく 里芋・油・かたくり粉	人参・もやし・小松菜 大根・ごぼう・ねぎ
26 火	五穀ごはん 牛肉の甘露煮 ピーナッツ和え 厚揚げと大根の味噌汁	牛肉・厚揚げ・味噌	米・五穀米・砂糖・ピーナッツ 油・こんにゃく・ごま・ごま油	人参・大根・ほうれん草 キャベツ・ねぎ・わかめ
27 水	お弁当			
28 木	ロールパン ポークビーンズ ごぼうサラダ くだもの	豚肉・大豆 ツナ・ベーコン	ロールパン・ごま・油 マヨネーズ・じゃがいも	人参・玉ねぎ・ごぼう・パセリ きゅうり・トマト・コーン
29 金	五穀ごはん チーズチキンカツ 豆のミネストローネ ブロッコリーサラダ	鶏肉・いんげん・チーズ 卵・ツナ・ベーコン	米・五穀米・マカロニ マヨネーズ・パン粉・小麦粉	人参・キャベツ・ブロッコリー・コーン きゅうり・トマト・玉ねぎ・セロリ・パセリ

* 材料の都合により、献立を一部変更することがあります。