


# 給食献立表



平成29年10月1日 社会福祉法人 本郷こども園

月	火	水	木	金
10/2 未満児 みかん入りヨーグルト 角天の甘辛煮 高野豆腐の卵とし (高野豆腐、卵、椎茸、人参、ねぎ) 酢の物(春雨、きゅうり、しらす) ミニトマト 塩昆布 (252k cal)	10/3 未満児 動物ビスケット 鯖の味噌煮 野菜サラダ(人参、きゅうり、キャベツ、玉ねぎ) 味噌汁(わかめ、じゃが芋) チェリー もみのり (322k cal)	10/4 未満児 クラッカー 【お月見会】 鶏肉のカレー揚げ  ポテトサラダ (じゃが芋、人参、きゅうり、玉ねぎ、みかん缶) 味噌汁(ふ、玉ねぎ、小松菜) パセリ 納豆 (307k cal)	10/5 未満児 豆乳 せんべい 回鍋肉 (豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、竹の子、ピーマン) 春雨サラダ(春雨、かまぼこ、きゅうり) スープ(コーン、ねぎ、わかめ) 佃煮昆布 (163k cal)	10/6 未満児 チーズ チキンのケチャップ煮 (鶏肉、ピーマン、エリンギ) ごぼうサラダ (ごぼう、人参、カニカマ、コーン) ワンタンスープ(ワンタン、ねぎ、チンゲン菜) ごま塩 (248k cal)
3時 ジャコ・肝油 マリー	3時 ジャコ・肝油 バナナ	3時 ジャコ・肝油 月見団子	3時 ジャコ・肝油 ミルク とんがりコーン	3時 ジャコ・肝油 ミルク 胡麻ビスケット
10/9 <b>体育の日</b>	10/10 <b>遠足 雨天順延</b>  <b>10日が雨天の場合11日のメニュー。</b> <b>11日も雨の場合、おかず入りお弁当を持参して下さい。</b>	10/11 未満児 バナナ きのこスクランブル(卵、エリンギ、しめじ) 胡麻酢和え(もやし、あげ) 人参グラッセ ブロッコリー ごま塩 (204k cal)	10/12 未満児 みかん入りヨーグルト マーボー豆腐(豆腐、ねぎ、豚肉) きゅうりの酢の物 スパゲッティサラダ (スパゲッティ、人参、きゅうり、かまぼこ) チェリー もみのり (263k cal)	10/13 未満児 チーズ ウインナーソテー チャウタン(じゃが芋、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、揚げ、焼き豆腐、牛乳、ベーコン) サラダ(キャベツ、きゅうり、レタス) 納豆 (325k cal)
		3時 ジャコ・肝油 ミルク 野菜スナック	3時 ジャコ・肝油 マカロニきな粉	3時 ジャコ・肝油 ミルク ミレーフライ
10/16 未満児 動物ビスケット 焼肉(牛肉、玉ねぎ、ピーマン) 酢の物(春雨、わかめ、ハム) にら玉スープ(にら、卵) ミニトマト 塩昆布 (302k cal)	10/17 未満児 みかん入りヨーグルト 肉じゃが(じゃが芋、人参、玉ねぎ、豚肉、こんにゃく、グリーンピース) 胡麻和え(ほうれん草、もやし) 味噌汁(豆腐、ねぎ、なめこ) チェリー チーズ もみのり (210k cal)	10/18 <b>日枝神社祭礼</b> <b>(任意保育)</b>	10/19 未満児 豆乳 せんべい 厚揚げの煮物(大根、厚揚げ、しらたき、人参) サラダ(きゅうり、みかん缶、パイン缶) 味噌汁(ふ、竹輪、わかめ) 佃煮昆布 (265k cal)	10/20 未満児 チーズ ハンバーグ(豚肉、玉ねぎ) 野菜ソテー(玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、人参) コーンスープ(コーン、卵、ねぎ) レタス ごま塩 (246k cal)
3時 ジャコ・肝油 ミルク えびせん	3時 ジャコ・肝油 バナナ		3時 ジャコ・肝油 芋けんぴ	3時 ジャコ・肝油 ミルク たべっこ動物
10/23 未満児 動物ビスケット ケチャップ煮(じゃが芋、豚肉、玉ねぎ、人参) ツナサラダ(レタス、きゅうり、人参、ツナ) スープ(キャベツ、ねぎ、ハム) 塩昆布 (203k cal)	10/24 未満児 みかん入りヨーグルト 牛肉の大和煮(牛肉、玉ねぎ、こんにゃく、しめじ) かぼちゃサラダ (かぼちゃ、玉ねぎ、レーズン、ハム) 味噌汁(ふ、わかめ、えのき) ミニトマト パセリ もみのり (261k cal)	10/25 未満児 バナナ 卵カレー (豚肉、卵、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン) 甘酢和え(もやし、ハム、きゅうり) 粉ふき芋 レーズン (216k cal)	10/26 未満児 豆乳 せんべい 煮物(角天、人参、いんげん) 笹身サラダ (鶏肉、レタス、きゅうり、人参) 味噌汁(椎茸、じゃが芋、玉ねぎ) チェリー 佃煮昆布 (235k cal)	10/27 未満児 チーズ 【誕生会】 松茸ご飯 かわりきんぴら (牛肉、ごぼう、こんにゃく、人参、竹の子) 味噌汁(白菜、竹輪、ねぎ) 人参グラッセ パセリ (363k cal)
3時 ジャコ・肝油 ミルク おにぎりせんべい	3時 ジャコ・肝油 ふかし芋	3時 ジャコ・肝油 ミルク リッツ	3時 ジャコ・肝油 ほんち揚げ	3時 ジャコ・肝油 さやえんどう
10/30 未満児 クラッカー すき焼き風煮 (牛肉、人参、豆腐、玉ねぎ、こんにゃく) マッシュポテト にら玉スープ(にら、卵、椎茸) ミニトマト 塩昆布 (210k cal)	10/31 未満児 動物ビスケット 豚肉ともやしの炒め物 (豚肉、もやし、人参、春雨、椎茸、ねぎ) マカロニサラダ (マカロニ、きゅうり、ハム、レーズン) 味噌汁(わかめ、豆腐) もみのり (239k cal)	 <p><b>*食欲の秋を楽しみましょう。</b> 「実りの秋」といわれるように秋にはたくさんの食べ物が収穫できます。さつまいもや里芋などの芋類、きのこや魚、りんごや栗などのくだものを食卓に登場させましょう。食事をしながら視覚や味覚、嗅覚でも秋を感じてみてください。 今月の誕生会は、松茸ご飯を予定しています。おたのしみに！</p>		
3時 ジャコ・肝油 ミルク まがりせんべい	3時 ジャコ・肝油 フルーツヨーグルト			