

10月 給食メニュー

2020年度 玉野浦保育園

日	曜	献立名	主な材料	おやつ	飲み物	主な材料
1	木	焼きそば イカリングフライ 味噌汁	中華麺・豚肉・キャベツ・人参・玉葱・ピーマン・もやし・竹輪・かつお節・青のり/ イカリングフライ/ 里芋・白菜	★ココアトースト	牛乳	食パン・マーガリン・ ココア
2	金	米飯・タラの梅味噌焼き 切干大根煮 すまし汁	米/タラ・梅干し・味噌・マヨネーズ・パセリ/ 切干大根・油揚げ・人参・椎茸・インゲン/ ほうれん草・かまぼこ・玉葱	チーズクラッカー	お茶	
3	土	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
4	日	お休み				
5	月	米飯・バーベキューソース炒め 春雨サラダ 味噌汁	米/豚肉・玉葱・エリンギ・人参・ピーマン/ 春雨・ハム・胡瓜・人参・白こま/ 小松菜・麩・豆腐	★たいやき	お茶	たいやき
6	火	しじみご飯 天ぷら 豚汁	米・しじみ/ さつま芋・竹輪・アスパラガス/ 大根・人参・しめじ・ごぼう・油揚げ・こんにゃく・豚肉・青ねぎ	★フルーツサンド	牛乳	食パン・フルーツ缶・ 生クリーム
7	水	米飯・八宝菜 焼きさつま揚げ わかめスープ	米/豚肉・エビ・かまぼこ・白菜・玉葱・人参・青梗菜・もやし/ さつま揚げ/ わかめ・玉葱	まがりせんべい	スキム ミルク	0歳児…おこさませんべい 1歳児…ばりんこ減塩
8	木	米飯・豆腐のツナマヨ焼き さつ煮 味噌汁	米/豆腐・ツナ・玉葱・マヨネーズ・ピザ用チーズ/ キャベツ・もやし・ほうれん草・人参・竹輪/ 南瓜・玉葱	★フルーティー 芋ようかん	お茶	さつま芋・レーズン・寒天
9	金	米飯・焼とり おかか和え 赤だし	米/鶏肉/ 小松菜・もやし・白菜・人参・かつお節/ 巻きたまご・えのき・青ねぎ	チョイス ビスケット	牛乳	
10	土	12時降園		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
11	日	お休み				
12	月	米飯・きのこベーコンのキッシュ マカロニサラダ 味噌汁	米/鶏卵・ベーコン・しめじ・エリンギ・椎茸・玉葱・チーズ・生クリーム・スキムミルク/ マカロニ・胡瓜・ハム・人参・マヨネーズ/ 豆腐・麩・わかめ	ピーナツ かりんとう	お茶	0歳児…おこさまクッキー 1歳児…野菜かりんとう
13	火	米飯・麻婆豆腐 カリフラワーのカレー和え コンソメスープ	米/豆腐・豚ミンチ・玉葱・青ねぎ/ カリフラワー・人参・玉葱・コーン・カレー粉/ 白菜・ベーコン	★チーズコーン 蒸しパン	牛乳	蒸しパンミックス・チーズ・ スキムミルク・コーン
14	水	米飯・白身魚のピカタ 五目納豆 味噌汁	米/ホキ・鶏卵・ケチャップ/ ほうれん草・胡瓜・人参・もやし・納豆・白こま・かつお節/ 大根・油揚げ	ボンすけ	スキム ミルク ココア	0・1歳児…卵ボーロ
15	木	お誕生会 散らし寿司 そぼろあんかけ・すまし汁	米・じゃこ・高野豆腐・干し椎茸・干ひょう・人参・インゲン・錦糸卵・桜でんぶ・刻みのり/ 鶏ミンチ・大根・人参・グリーンピース/ はんぺん・三つ葉・花巻	★柿とウエハース	お茶	柿
16	金	米飯・鶏肉のかりんとうがらめ チーズサラダ 味噌汁	米/鶏肉・白こま/ レタス・フロccoliリー・胡瓜・チーズ・人参・フレンチドレッシング/ もやし・人参・青ねぎ	ホームパイ	スキム ミルク	
17	土	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
18	日	お休み				
19	月	米飯・鯖の味噌煮 金平ごぼう かき玉汁	米/鯖・味噌/ ごぼう・人参・糸こんにゃく・ひじき・インゲン・鶏ミンチ/ 鶏卵・玉葱・三つ葉	黒糖フークレエ	牛乳	
20	火	パン・きのこハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	ロールパン/豚ミンチ・おから・ひじき・玉葱・鶏卵・牛乳・スキムミルク・しめじ・えのき・椎茸/ じゃが芋・胡瓜・人参・ハム・マヨネーズ/ キャベツ・人参・コーン	★おにぎり	お茶	米・梅じそ
21	水	米飯・筑前煮 卵焼き 味噌汁	米/鶏肉・里芋・ごぼう・レンコン・干し椎茸・こんにゃく・たけのこ・人参/ 卵焼き/ ほうれん草・玉葱・人参	おにぎりせんべい	スキム ミルク	0・1歳児…フチえびせん
22	木	米飯・カレイの照り焼き しらす和え 味噌汁	米/カレイ/ 小松菜・もやし・人参・ちりめんじゃこ/ 豆腐・玉葱・わかめ	★マカロニきな粉	牛乳	マカロニ・きな粉
23	金	米飯・エビフライ ハムサラダ 味噌汁	米/エビフライ・タルタルソース/ キャベツ・胡瓜・フロccoliリー・人参・ハム・胡麻ドレッシング/ じゃが芋・玉葱・青ねぎ	ラングドシャ	お茶	
24	土	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
25	日	お休み				
26	月	米飯・コロッケ キャベツとハムの炒め物 味噌汁	米/牛肉コロッケ/ キャベツ・ハム・玉葱・人参・インゲン/ もやし・わかめ・人参	薄焼きビスケット	お茶	
27	火	米飯・のし鶏 磯和え 味噌汁	米/鶏ミンチ・豆腐・鶏卵・玉葱・人参・干し椎茸/ ほうれん草・人参・もやし・刻みのり/ 油揚げ・白菜・えのき	★りんごのケーキ	牛乳	ホットケーキミックス・ りんご・牛乳・バター・ スキムミルク・鶏卵
28	水	ボークカレーライス 大根サラダ ヨーグルト	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・グリーンピース・カレールウ/ 大根・胡瓜・人参・ハム・フロccoliリー・マヨネーズ/ ヨーグルト	丸ボーロ	スキム ミルク	
29	木	米飯・赤魚の煮付け ピーマンソテー 味噌汁	米/赤魚・土生姜/ ピーマン・キャベツ・にんじん・ピーマン・玉葱・豚肉/ 小松菜・豆腐・麩	★チヂミ	お茶	にら・人参・竹輪・ チヂミ粉
30	金	米飯・ピザ風チキン ひじきと里芋の煮物 味噌汁	米/鶏肉・ピーマン・ピザソース・チーズ/ 里芋・ひじき・人参・インゲン・鶏ミンチ/ 青梗菜・もやし・しめじ	アスパラガス ビスケット	牛乳	0歳児…おこさまビスケット
31	土	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	

都合により献立を変更する場合があります。 掲示でお知らせしますのでご了承ください。

★印の日は手作りおやつです。手作りおやつ以外は市販のお菓子になります。

アレルギーのあるお子さんには個別メニューで調理しています。除去食等について、いつでもお尋ねください。

0・1歳児のおやつは、食材により乳幼児菓子に変更する場合があります。

0～2歳児は、午前中に牛乳を飲んでいただきます。

