

10月献立予定表

の土曜保育の給食は2・3号の希望者のみです

令和3年 認定こども園旭幼稚園



暑かった夏が過ぎ、夜になると虫たちのリーンリーンという鳴き声がかきこえてくる秋がやってきました。季節の変わり目は、体調をくずしやすい時期ですので、早寝、早起きで、しっかりと朝食を食べて、体を整えましょう。コロナ禍での運動会ですが、精一杯力を発揮できると思います！



マークの日は、スプーンを持ってきてください。

☆マークの日は、うさぎ・ぱんだは白身魚です。※食材の都合等により、メニューを変更する場合があります。

日	曜	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	3時のおやつ
				血、肉、骨をつくる	強い力をつくる	病気から守ってくれる	
1	金	もち麦ごはん	豚肉のしょうが焼き かぼちゃときゅうりのサラダ キャベツのクリームシチュー	豚肉・牛乳・鶏肉	米・もち麦・砂糖	玉ねぎ・かぼちゃ・きゅうり・コーン・ブロッコリー・人参・キャベツ	きなこトースト
2	土	キノコと豚肉のスパゲティ	きのこ豚肉のスパゲティ キャベツの昆布和え バナナ	豚肉	スパゲティ	玉ねぎ・えのき・生しいたけ・にんにく・刻みのり・キャベツ・きゅうり・人参・昆布・バナナ	パン
4	月	もち麦ごはん	長州どりの味噌マヨ焼き さつまいもとコーンのサラダ えのきと豆腐の味噌汁	鶏肉・木綿豆腐・味噌	さつまいも・米・もち麦	人参・きゅうり・コーン・えのき・わかめ	フルーツエ（いちご）
5	火	ビーフカレー	ビーフカレー 黄ピーマンとツナのサラダ 温州みかんゼリー	牛肉・ツナ	米・ドレッシング ゴマ醤油・じゃが芋	玉ねぎ・人参・リンゴジュース・ブロッコリー・大根・きゅうり・黄ピーマン・ゼリー	バナナヨーグルト
6	水	鶏塩うどん	鶏塩うどん ほうれん草と白菜のごまあえ 国産レモンゼリー	鶏肉	うどん・砂糖	長ネギ・ほうれん草・白菜・コーン・ゼリー	マカロニきなこ
7	木	豚丼	豚丼 ブロッコリーとマカロニのサラダ りんご	豚肉・ツナ・花かつお	砂糖・米・マカロニ	玉ねぎ・人参・ごぼう・ブロッコリー・りんご	わかめむすび
☆ 8	金	もち麦ごはん	サバの竜田揚げ 春雨ときゅうりの酢の物 しめじと麩の味噌汁	サバ・味噌	春雨・米・もち麦・砂糖	にんにく・生薬・コーン・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ・しめじ	ジャム蒸しパン

☆ 幼稚園運動会 ☆

11	月	○おべんとうを持ってきてください					お菓子
12	火	もち麦ごはん	牛肉のスタミナ炒め チンゲン菜のおかか和え ワンタンスープ	牛肉・花かつお・ワンタン	米・もち麦・砂糖	玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン・チンゲン菜・キャベツ・白菜	ジャムサンド
13	水	ゆかりごはん	長州どりのマーメイド焼き キャベツとわかめのポン酢和え つるつる春雨スープ	鶏肉	春雨・米	マーメイド・キャベツ・わかめ・人参・玉ねぎ・青ネギ・干し椎茸・ゆかり	みかん入り青りんごゼリー

14	木	もち麦ごはん	豚肉と小松菜の塩炒め りんご入りポテトサラダ 揚げと豆腐の味噌汁	豚肉・カット揚げ・木綿豆腐・味噌	砂糖・じゃが芋・米・もち麦	玉ねぎ・小松菜・赤ピーマン・きゅうり・りんご・コーン・わかめ	お菓子
15	金	わかめごはん	肉豆腐 ブロッコリーのひじき和え しめじと青ネギの味噌汁	牛肉・木綿豆腐・味噌	米・砂糖・麩	玉ねぎ・チンゲン菜・人参・ブロッコリー・カリフラワー・ひじき・しめじ・青ネギ・わかめ	鮭むすび
16	土	カレーうどん	カレーうどん キャベツのおかか和え バナナ	牛肉・花かつお	うどん・砂糖	玉ねぎ・りんごジュース・青ネギ・チンゲン菜・キャベツ・人参・バナナ	パン
18	月	もち麦ごはん	赤魚のみぞれ煮 小松菜とちくわのソテー 豆腐とわかめの味噌汁	赤魚・ちくわ・木綿豆腐・味噌	米・もち麦・砂糖	大根おろし・小松菜・人参・コーン・玉ねぎ・わかめ	アメリカンドッグ
19	火	中華丼	中華丼 赤ピーマンともやしのナムル オレンジ	豚肉	砂糖・米	白菜・玉ねぎ・人参・干し椎茸・小松菜・赤ピーマン・もやし・オレンジ	シュガートースト
20	水	もち麦ごはん	長州どりの甘酢あん 小松菜とキャベツのお浸し 中華コーンスープ	鶏肉・花かつお	砂糖・米・もち麦	生薬・にんにく・小松菜・キャベツ・人参・コーン・玉ねぎ・青ネギ	フルーツヨーグルト
21	木	栗ごはん	鮭の塩焼き 秋野菜のきんぴら にゅうめん	鮭	砂糖・米・そうめん	ごぼう・れんこん・人参・きぬさや・青ネギ・栗	ツナむすび
22	金	もち麦ごはん	スパニッシュオムレツ 赤ピーマンとツナのサラダ 玉ねぎとキャベツのスープ	卵・ツナ	米・もち麦・じゃが芋・ドレッシングごま醤油	ほうれん草・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・大根・きゅうり・赤ピーマン・わかめ・キャベツ	クッキー
☆ 保育園運動会 ☆							
25	月	もち麦ごはん	ほくほく肉じゃが 小松菜とコーンの胡麻和え 揚げとわかめの味噌汁	牛肉・カット揚げ・味噌	じゃが芋・砂糖・米・もち麦	玉ねぎ・人参・小松菜・白菜・コーン・わかめ・えのき・青ネギ	フルーツエ（ピーチ）
26	火	しそわかめごはん	筑前煮 もやしとわかめのポン酢和え 野菜たっぷり豚汁	鶏肉・豚肉	砂糖・米	糸こんにゃく・れんこん・人参・ごぼう・もやし・わかめ・玉ねぎ・しめじ・青ネギ・しそわかめ	のりじゃこトースト
27	水	もち麦ごはん	白身魚の磯部揚げ キャベツときゅうりの梅和え 麩とえりんぎの味噌汁	大羽・味噌	米・もち麦・麩	青のり・キャベツ・きゅうり・梅肉・玉ねぎ・人参・えりんぎ	フルーツポンチ
28	木	麻婆丼	麻婆丼 キャベツとコーンのサラダ スイートパインゼリー	豚ミンチ・木綿豆腐・赤みそ・中華味噌	砂糖・米	玉ねぎ・人参・生薬・キャベツ・きゅうり・コーン・パインゼリー	豆乳バナナケーキ
29	金	○おべんとうを持ってきてください					お菓子
30	土	ちゃんぽん	ちゃんぽん 水菜のごまドレサラダ バナナ	豚肉・エビ・かまぼこ・牛乳	ちゃんぽんめん・ごまクレーミー・ドレッシング	もやし・キャベツ・人参・水菜・きゅうり・コーン・バナナ	パン

※8日、27日は11時半降園です。8日は預かり保育がありません。
※27日に預かり保育を利用の方はお弁当をご持参ください。