



25年10月 献立表

日	未満児おやつ	昼食	3時のおやつ
1	火	牛乳・バナナ みそうどん・さつま揚げと昆布の煮物・なし	牛乳・オレンジ蒸しパン
2	水	牛乳・なし 魚の揚げ煮・ポイルキャベツ・トマト・わかめのすまし汁	牛乳・クッキー
3	木	牛乳・バナナ 肉じゃが・豆腐のみそ汁	牛乳・せんべい
4	金	牛乳・チーズ 炒飯・中華きゅうり・中華スープ	牛乳・やきいも
5	土	運動会	
7	月	牛乳・バナナ インド風煮・春雨の甘酢和え・りんご	牛乳・菓子
8	火	牛乳・りんご きつねうどん・さといものそばろ煮・巨峰	醗酵乳・クロワッサン
9	水	牛乳・オレンジ さわらの照り焼き・具だくさんみそ汁・ヨーグルト	牛乳・マカロニあべかわ
10	木	牛乳・なし 五目ごはん・きゅうりの昆布和え・豆腐のすまし汁	牛乳・さつまいもチップ
11	金	牛乳・柿 魚の竜田揚げ・レタス・トマト・さつまいものみそ汁	牛乳・チーズ・菓子
12	土	牛乳・バナナ フレンチトースト・スパゲティソテー・りんご	牛乳・菓子
15	火	牛乳・りんご いろいろパン・さつまいものクリームシチュー・ひじきサラダ・フルーツ和え	牛乳・菓子
16	水	牛乳・りんご	手作りお弁当
17	木	牛乳・バナナ マーボー豆腐・もやしスープ	牛乳・ひじきドーナツ
18	金	牛乳・りんご 栗ごはん・秋刀魚の蒲焼き・ごま和え大根・巨峰	ヨーグルト・菓子
19	土	牛乳・りんご パン・ハヤシシチュー・キャベツサラダ・なし	牛乳・菓子
21	月	牛乳・チーズ ポークチャップ・ジャーマンポテトサラダ・バナナ	牛乳・利休白玉だんご
22	火	牛乳・なし 五目うどん・金時豆甘煮・バナナ	牛乳・キャロットサンド
23	水	牛乳・なし 鮭のコーンフレックフライ・レタス・ブチトマト・里芋のみそ汁	牛乳・やさいかりんとう
24	木	牛乳・バナナ 鶏肉のホイール蒸し・チンゲン菜スープ	りんごジュース・豆乳もち
25	金	牛乳・なし れんこんハンバーグ・ポイルキャベツ・トマト・えのき汁	牛乳・ミニフィッシュ・菓子
26	土	牛乳・なし スパゲティボロネーズ・豆腐スープ・バナナ	牛乳・菓子
28	月	ヨーグルト かぼちゃコロッケ・ポイルキャベツ・ブチトマト・きのこスープ	牛乳・おからせんべい
29	火	牛乳・バナナ いろいろパン・鶏のからあげ・マカロニサラダ・とうがんスープ・巨峰	醗酵乳・せんべい
30	水	牛乳・りんご 肉豆腐・きんぴらごぼう・みかん	牛乳・鬼まんじゅう
31	木	牛乳・バナナ さつまいものカレーライス・キャベツサラダ・柿	牛乳・煮干しのかりかり

8月の好評だった献立 スパゲティみそソース



《材 料》	《分 量 4人分》	(調味料)
豚ミンチ	80g	赤みそ 大さじ2弱
にんじん	60g	砂糖 大さじ2
ピーマン	20g	本みりん 小さじ1/2
たまねぎ	80g	中華の素 少々
炒め油	少々	ケチャップ 大さじ1
スパゲティ	200g	

1. スパゲティはお好みの固さにゆでる。
2. 野菜は細切りにする。
3. フライパンに油を入れ熱し、豚ミンチ・2の野菜をいれ炒め、中華の素で味をつける。
4. 野菜がやわらかくなったら、調味料を入れなじませて1をからめる。