

10月給食献立表



ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ	
1	土	お茶 オレンジ	スパゲティナポリタン・ コンソメスープ	スパゲティ/豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン/ 玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ	お茶・お菓子	
3	月	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚(ごぼう)・ 玉ねぎのみそ汁	赤魚・ごぼう/玉ねぎ・人参・もやし・しめじ・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子	
4	火	牛乳 オレンジ	パン・かぼちゃコロッケ・ ボイルキャベツ・野菜スープ	コッペパン/豚ひき肉・かぼちゃ・さつまいも・玉ねぎ・小麦粉・パン粉/キャベツ/ ベーコン・もやし・人参・しめじ・チンゲン菜/バナナ・もも缶詰・みかん缶詰	フルーツミックス	
5	水	牛乳 バナナ	スパゲティナミートソース・バナナ キャベツとコーンのスープ	スパゲティ/豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター・小麦粉/ ベーコン・キャベツ・コーン缶詰・人参・しめじ・ねぎ/バナナ	牛乳・お菓子	
6	木	牛乳 オレンジ	ごはん・鶏肉の甘酢炒め・ さといものみそ汁	鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ピーマン・たけのこ・しいたけ/ さといも・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ほうれん草・油揚げ	牛乳・お菓子	
7	金	牛乳 バナナ	きのこごはん・小松菜のすまし汁・ キャベツの塩昆布和え	鶏肉・しいたけ・しめじ・人参・れんこん・油揚げ/キャベツ・塩昆布/ 小松菜・人参・玉ねぎ・豆腐	牛乳・お菓子	
8	土	お茶 オレンジ	ハヤシライス・コーンスープ	牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・グリーンピース・ハヤシルウ/ 玉ねぎ・人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰	お茶・お菓子	
11	火	ヨーグルト	肉うどん・ほうれん草のナムル	うどん/牛肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・ふ/ ほうれん草・人参・キャベツ・ツナ缶詰・ごま油・ごま/炊き込みわかめ	わかめおにぎり	
12	水	牛乳 バナナ	炒り豆腐丼・ 玉ねぎのすまし汁	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ/ 玉ねぎ・人参・もやし・しめじ・油揚げ	牛乳・お菓子	
13	木	牛乳 オレンジ	ごはん・煮魚(だいこん)・ ほうれん草のすまし汁	赤魚・大根/ほうれん草・玉ねぎ・人参・えのきたけ・油揚げ	牛乳・お菓子	
14	金	牛乳 バナナ	ごはん・筑前煮・ さつま揚げのすまし汁	鶏肉・高野豆腐・ごぼう・れんこん・里芋・しいたけ・人参/ さつま揚げ・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ/さつまいも・ごま	ジョア・大学芋	
15	土	う ん ど う 会				
17	月	牛乳 オレンジ	ごはん・じゃがいものみそ汁・ 厚揚げのそぼろあんかけ	厚揚げ・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース・ごま油/ じゃがいも・玉ねぎ・人参・ねぎ・油揚げ	牛乳・お菓子	
18	火	牛乳 バナナ	豆乳みそスパゲティ・もやし汁	スパゲティ/ベーコン・玉ねぎ・しいたけ・人参・ねぎ・コーン缶詰・ 調整豆乳/もやし・玉ねぎ・人参・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子	
19	水	牛乳 オレンジ	パン・ポークビーンズ・ 小魚和え・バナナ	コッペパン/豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・じゃがいも・しめじ・ピーマン・ トマトホール缶詰/ちりめんじゃこ・レタス・きゅうり・人参/バナナ	牛乳・お菓子	
20	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	豚肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・グリーンピース・バター・小麦粉/ ハム・キャベツ・きゅうり・トマト/チーズ	牛乳・チーズ・ お菓子	
21	金	牛乳 オレンジ	ごはん・白身魚のから揚げ・ かぼちゃのみそ汁・レタス	メカジキ/レタス・マヨネーズ/かぼちゃ・玉ねぎ・人参・小松菜・ 油揚げ/食パン・マーガリン・きな粉	牛乳・きなこサンド	
22	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまいも・玉ねぎ・油揚げ	お茶・お菓子	
24	月	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のみそ煮・すまし汁	赤魚/玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ・油揚げ	牛乳・お菓子	
25	火	牛乳 チーズ	五目うどん・金時豆甘煮・ オレンジ	うどん/鶏肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・小松菜・ふ/金時豆/オレンジ/ 調整豆乳・きな粉	ジョア・ 豆乳もち	
26	水	牛乳 バナナ	芋ごはん・柿のごま酢和え・ 豆腐汁	さつまいも/大根・ほうれん草・柿・油揚げ・ごま/ 豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ/ヨーグルト	ヨーグルト・お菓子	
27	木	牛乳 オレンジ	ごはん・ポトフ・野菜サラダ	鶏肉・じゃがいも・キャベツ・玉ねぎ・人参・ウインナー/ ツナ缶詰・レタス・きゅうり・トマト/白蒸し粉・ゆで小豆缶詰	牛乳・ あずき蒸しパン	
28	金	牛乳 バナナ	ごはん・チキンカツ・ ボイルキャベツ・野菜スープ	鶏ささ身・小麦粉・パン粉/キャベツ/ ベーコン・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・豆腐	100%果汁・ お楽しみ	
29	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・ クリームコーン缶詰・玉ねぎ	お茶・お菓子	
31	月	牛乳 バナナ	パン・パンプキンシチュー・ フレンチサラダ	コッペパン/鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・クリームコーン缶詰・ ポタージュの素/ハム・レタス・きゅうり・トマト	牛乳・お菓子	

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます

