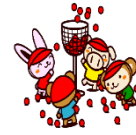




10月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2022年

日	曜日	給食	おやつ
1	土	豚丼、ブロッコリーの和え物、トマト、大根の味噌汁、フルーツ	麦茶、ゼリー、お菓子
2	日		
3	月	ゆかりごはん、鯖の竜田揚げ、切り干し大根煮、キャベツの和え物、玉葱の味噌汁、オレンジ	牛乳、チーズピザ
4	火	ソース焼きそば、豆腐入り中華サラダ、さつまいものレモン煮、もやしスープ、ヨーグルトドリンク	麦茶、プリンアラモード
5	水	ハヤシライス、チキンのマーマレード焼き、フレンチサラダ、かぼちゃマッシュ、コンソメスープ、オレンジ	牛乳、ラスク
6	木	親子丼、ししゃも焼き、とら豆煮、もやしの和え物、ちくわの清汁、バナナ	麦茶、キャラメルケーキ
7	金	食パン(いちごジャム付き)、ミートローフ、コーンサラダ、マカロニのケチャップ炒め、卵スープ、梨	麦茶、味噌おにぎり
8	土	鮭ごはん、豚肉と玉葱炒め、コロコロサラダ、油揚げの味噌汁、フルーツ	麦茶、リッツカナッペ
9	日		
10	月		
11	火	黒糖パン、白身魚フライ、ポテトサラダ、チーズ、ミネストローネ、リンゴ	麦茶、手づくりおこし
12	水	麻婆丼、チキンの塩麹焼き、人参の甘煮、もやしの中華和え、コーン入り中華スープ、オレンジ	麦茶、 カップ入りキラキラポンチ
13	木	トマトカレーライス、春雨サラダ、ウィンナー炒め、ベーコンスープ、バナナ	麦茶、ココアケーキ
14	金	頑張れ弁当(のり玉ごはん、鶏の唐揚げ、厚焼きたまご、マカロニサラダ、茹でブロッコリー、 トマト、ジュース)	麦茶、アイスクリーム
15	土	スタミナごはん、かぼちゃサラダ、白玉麩入り清汁、フルーツ	麦茶、ポップコーン
16	日		
17	月	ゴマごはん、ほっけの塩焼き、ごぼうの五目炒め、ブロッコリーのマヨ和え、なすの味噌汁、梨	牛乳、きなこマカロニ
18	火	お楽しみパン、揚げミートボール、ほうれん草のツナサラダ、わかめパスタ、卵入りコーンスープ、バナナ	麦茶、 焼き豚チャーハン
19	水	鮭の解体(おにぎり、鮭のホイル焼き、具だくさん味噌汁、ミカン)	牛乳、サクサククッキー
20	木	まつの木ラーメン、松風焼き、わかめの酢の物、トマト、オレンジ	牛乳、和風ケーキ
21	金	わかめちらしごはん、キスの天ぷら、れんこん金平、さつまいも煮、土瓶蒸し風清汁、バナナ	麦茶、ヨーグルト
22	土	ハッシュドポーク、ツナサラダ、コーンスープ、フルーツ	麦茶、スティックパン
23	日		
24	月	ごはん、鯖のスパイシー焼き、豚肉と大根の旨煮、ニラ玉炒め、なめこの味噌汁、リンゴ	牛乳、蒸しパン
25	火	誕生日会(ハロウィンカレーライス、鶏肉の塩唐揚げ、マカロニサラダ、オニオンスープ、ミカン)	牛乳、 ハロウィンカップケーキ
26	水	ゆかりごはん、なめたけ入りぎせい豆腐、和風春雨サラダ、粉吹き芋、たまねぎの味噌汁、オレンジ	麦茶、麩ラスク
27	木	東海道新幹線 味噌カツ・ひつまぶし風弁当、豆腐の味噌汁、パイナップル	牛乳、あんホイップロール
28	金	たぬきうどん、厚揚げの挽肉あんかけ、茹でブロッコリー、トマト、バナナ	牛乳、ポンデケーキ
29	土	回鍋肉丼、野菜の中華和え、トマト、中華スープ、フルーツ	麦茶、シュガーパン
30	日		
31	月	さつまいもごはん、鮭の塩焼き、ほうれん草のゴマ和え、人参とツナの金平、豚汁、ミカン	牛乳、かぼちゃドッグ

今月の平均 3~5歳児 エネルギー597kcal たんぱく質 23.3g 脂質塩分 22.2g 塩分 2.2g
 ★仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。