

♪ 10月献立予定表 ♪

	曜日	献立名		果物	おやつ
☆	月	③ カレー	牛肉、じゃがいも、人参、玉葱、ルウ、油	オレンジ	牛乳 雪の宿
		24 切干大根のサラダ	切干大根、人参、きゅうり、糸わかめ、ツナ、醤油(淡) 酢、油		
☆	火	④ サンマの蒲焼風	サンマ、土生姜、小麦粉、片栗粉、砂糖、醤油(濃) 味醂、油	グレープ フルーツ	ジョア 4日: 北の卵サブレ 18日: しっとりクッキー
		白和え	豆腐、ほうれん草、人参、こんにゃく、ひじき 白味噌、白胡麻、砂糖、醤油(淡)		
	水	⑤ 卵サンド	食パン、卵、きゅうり、ハム、マーガリン マヨネーズ	梨 19日: 柿	牛乳 星たべよ
		チーズ・野菜&フルーツ	プロセスチーズ・野菜&フルーツ		
☆	木	⑥ 豆腐とベーコンのうま煮	豆腐、ベーコン、人参、玉葱、チンゲンサイ しめじ、醤油(淡)、味醂、鶏ガラスープの素 片栗粉、油	バナナ	牛乳 ムーンライト
		ひじきの胡麻酢和え	キャベツ、人参、きゅうり、ちりめんじゃこ ひじき、白胡麻、砂糖、醤油(淡)、酢		
	金	⑦ きのごはん	米、人参、舞茸、しめじ、薄揚げ、刻み昆布、砂糖 醤油(淡)、味醂、だしの素、油	グレープ フルーツ	牛乳 磯の醤油もち
		豆乳豚汁	豚肉、人参、玉葱、薩摩芋、蓮根、葱、こんにゃく 薄揚げ、豆乳、味噌、出し鰹		
☆	火	⑪ 鶏肉のさっぱり煮	手羽元、にんにく、砂糖、醤油(濃)、酢	グレープ フルーツ	牛乳 カルシウムせん
		25 蓮根サラダ	蓮根、人参、きゅうり、キャベツ、マヨネーズ 砂糖、酢、白味噌、白胡麻		
	水	⑫ けんちんうどん	うどん、鶏肉、人参、ごぼう、大根、豆腐、蒲鉾 葱、醤油(淡)、味醂、出し鰹	オレンジ	牛乳 ばかうけ (青のり)
		アーモンドフィッシュ	アーモンドフィッシュ		
☆	木	⑬ 里芋の煮付け	豚肉、里芋、大根、人参、ゆで筍、いんげん、平天 干し椎茸、こんにゃく、砂糖、醤油(淡・濃) 味醂、だしの素、油	バナナ	スポロン ハーベスト (バター)
		酢の物	きゅうり、糸わかめ、ちりめんじゃこ、砂糖 醤油(淡)、酢		
	金	⑭ わかめご飯	米、糸わかめ、人参、ちりめんじゃこ、醤油(淡) バター	梨 28日: 柿	牛乳 ハッピーターン
		春雨スープ	春雨、ベーコン、豆腐、人参、玉葱、白菜、卵 醤油(淡)、出し鰹、鶏ガラスープの素		
☆	月	⑰ クリームシチュー	鶏肉、じゃがいも、人参、玉葱、ルウ、油	オレンジ	牛乳 贅沢かきもち
		31 コーンサラダ	コーン、人参、きゅうり、醤油(淡)、酢、油		

○印は給食展示日です

☆印はご飯持参日です(月・火・木)

* 3日(月)・5日(水)は12時30分降園の為、おやつはありません