



# 10月の給食こんだて

~今月のねらい~  
好き嫌いなく  
何でも食べる

幼保連携型認定こども園 やながせ保育園



~旬の食材~



米 さんま いわし 鮭 きのこ類  
にんじん チンゲン菜 じゃがいも さといも  
さつまいも なし りんご かき

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
AM						
昼食					1 牛乳 ミルクスティック さわらの西京焼き ご飯 スパゲティサラダ 鶏肉とチンゲン菜のスープ	2 牛乳 豆乳どーナつ 焼きそば くだもの
PM					ヨーグルト	牛乳 ビスケット
AM	4 牛乳 野菜せんべい	5 牛乳 くだもの	6 牛乳 あずきなクラッカー	7 牛乳 くだものゼリー	8 牛乳 おこめせんべい	9 牛乳 せんべい
昼食	ポークビーンズ 大根と昆布のサラダ ご飯	鶏肉の竜田揚げ ご飯 キャベツこんぶ 豚肉とにらの中華スープ	カレーライス 豚肉とひじきの煮物	秋なす入り麻婆豆腐 春雨サラダ ご飯	煮魚 里芋のカラフル煮 豚汁 ご飯	イタリアンスパゲティ くだもの
PM	牛乳 ねじりん棒	牛乳 ★ごまとチーズのケーキ	牛乳 せんべい	牛乳 野菜スティック	スキムミルク 菓子パン	牛乳 くだものゼリー
AM	11 牛乳 小魚せんべい	12 牛乳 くだもの	13 牛乳 ごぼうせんべい	14 ヨーグルト	15 牛乳 豆乳どーナつ	16 牛乳 きな粉ウエハース
昼食	鶏じゃが ベーコンとキャベツの炒め物 ご飯	鯖の梅照りあん ほうれん草のサラダ 鶏肉と豆乳のみそ汁 ご飯	鯛の塩焼き じゃがいものごまソテー 豆乳のコーンスープ ご飯	筑前煮 ばち入りみそ汁 ご飯	秋なす入り麻婆豆腐 春雨サラダ ご飯	チャンポン焼き くだもの
PM	牛乳 パナナ	牛乳 ★きな粉トースト	 カルピス 焼き菓子	お茶 ★おにぎり(鶏そぼろ)	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい
AM	18 牛乳 紫芋チップ	19 牛乳 くだもの	20 牛乳 まあるいクラッカー	21 牛乳 くだもの	22 牛乳 せんべい	23 牛乳 ミレービスケット
昼食	ポークビーンズ 大根と昆布のサラダ ご飯	はもの唐揚げ(4・5歳児) 鯖の唐揚げ(0~3歳児) ブロッコリーのマヨ和え 豆腐とわかめのすまし汁 ご飯	煮魚 里芋のカラフル煮 豚汁 ご飯	鶏じゃが ベーコンとキャベツの炒め物 ご飯	鶏肉の竜田揚げ キャベツこんぶ 豚肉とにらの中華スープ ご飯	和風スープスパゲティ くだもの
PM	牛乳 ★蒸しパン	牛乳 ひじきスティック	牛乳 メロンパン	牛乳 野菜カステラ	スキムミルク 芋けんぴ	牛乳 せんべい
AM	25 牛乳 海藻せんべい	26 牛乳 くだものゼリー	27 牛乳 英字ビスケット	28 牛乳 くだもの	29 牛乳 ひじきスティック	30 牛乳 加ゆめハース
昼食	筑前煮 ばち入りみそ汁 ご飯	さけのムニエル ブロッコリーのごま和え ワンタンスープ ご飯	鯖の梅照りあん ほうれん草のサラダ 鶏肉と豆乳のみそ汁 ご飯	姫路のめぐみカレーライス 豚肉とひじきの煮物	鮭のパン粉焼き ツナとほうれん草あえ かぼちゃのスープ ご飯	焼きそば くだもの
PM	牛乳 ビスケット	スキムミルク パナナ	牛乳 菓子パン	牛乳 ★スイートポテト	牛乳 せんべい	牛乳 くだものゼリー

★...手作りおやつ