

10がつのこんだて

令和元年度 うさぎ保育所

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび	にちようび
	1 まいたけの炊き込みごはん さわらの天ぷら つぶつぶ大豆和え なすの味噌汁 肉まん 牛乳	2 ごはん ミートローフ りんごと柿のフルーツサラダ 押し麦のスープ きなこ団子 牛乳	3 ごはん ハッシュドポーク ささみのレモン酢和え ごぼうのごま味噌汁 おからドーナツ 牛乳	4 味噌ラーメン 鮭とニラチヂミ きゅうりの昆布和え さつまいもおこわ 牛乳	5 ごはん 中華風ローストチキン バンサンスー わかめスープ マカロニナポリタン お茶	6 ごはん 豚とひじきの炒め物 かぶのおかか和え 納豆汁 キャラメルポップコーン お茶
7 ネパール料理 バターチキンカレー アルアチャール (ポテトサラダ) ダール(豆スープ) アップルクッキー 牛乳	8 ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 ほうれん草の浸し もやしの味噌汁 柿のヨーグルトムース 牛乳	9 ごはん 鶏のガリバタ焼き まめまめサラダ 湯葉スープ 黒糖のさつまいもパン 牛乳	10 焼さばごはん ポテト肉巻き 青菜のカルシウム和え 高野豆腐の白味噌汁 いちじくケーキ 牛乳	11 天津風あんかけ丼 里芋のホクホクサラダ チンゲン菜のスープ ツナマヨカナッペ 牛乳	12 運動会	13 ごはん 鶏すき きゅうりのごま酢の物 八丁味噌の根菜汁 大学南瓜 お茶
14 体育の日 かぶあんかけうどん チンゲン菜の炒め物 じゃこポテト 黒ごまおはぎ お茶	15 ごはん マーボー大根 ひじきとツナのサラダ まいたけの卵スープ ロールケーキ 牛乳	16 青空弁当 ごはん タンドリーチキン 小松菜のごま和え もみのりの味噌汁 じゃがまるくん 牛乳	17 クッキング きつねごはん かれののおろしがけ 柿の白和え 花麩のすまし汁 ちんすこう 牛乳	18 ゆで鶏の中華スープごはん さつまいもの天ぷら しらすとかつお節サラダ ホットック 牛乳	19 ごはん 根菜のそぼろ金平 さつぱりポン酢和え なめこ汁 マシュマロフレーク お茶	20 ごはん 揚げだし豆腐 キャベツの即席漬け 秋野菜の豚汁 鬼まんじゅう お茶
21 ごはん 秋鮭のちゃんちゃん焼き きのこと野菜のお浸し 玉ねぎのすまし汁 切干大根焼きそば 牛乳	22 ごはん ジンジャーチキン りんごのコールスロー 油揚げの味噌汁 南瓜マフィン お茶	23 さんまの日 栗ごはん 塩さんま きのことおろし和え 芋の子汁 ホホワイトソーストースト 牛乳	24 ごはん 鶏とかぶの中華煮 もやしのナムル 切干大根の味噌汁 豆乳もち 牛乳	25 お誕生日お祝い献立 豚カツロールパン 柿と大根サラダ きのことたっぷり クリームシチュー お誕生日モンブラン 牛乳	26 ごはん 肉豆腐 キャベツの和え物 わかめの味噌汁 煮豆きなこ お茶	27 和風スパゲティ ゆかりポテトサラダ コンソメスープ チキンピラフ お茶
28 ごはん 白身魚のカレームニエル りっちゃんサラダ 豆腐の赤だし フライドポテト 牛乳	29 ごはん レバーのオーロラ和え 大豆レーズンマリネ マッシュルームスープ 柿スコーン 牛乳	30 芋堀り遠足 梅じゃこごはん ツナ団子 とろろ昆布和え さつまいもの味噌汁 なしゼリー 牛乳	31 ハロウィン ガーリックライス パンプキングラタン マカロニサラダ 白菜スープ ハロウィンクッキー 牛乳			

○ 午前おやつは果物と牛乳です。
 ひまわり組は午前おやつ無し、
 給食時に果物と牛乳がつきます。
 ○ 献立内容を変更することがあります。
 ○ 土・日・祝日の献立は、
 卵、乳・乳製品を使用していません。
 ご了承くださいませよう、よろしくお願いいたします。