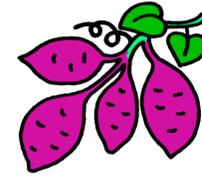


R6 10月の給食献立表

今月のお野菜は「さつまいも」



です

日 (曜日)	28 月	1・15・29 火	2・30 水	16 水	3・17・31 木	4・18 金	19 土	7・21 月	8・22 火	9・23 水	10・24 木	11・25 金	12・26 土
昼 食	【ごはん】 七分つき米 【さんまの磯辺焼き】 さんま・あおのり 小麦粉・塩・油 【はるさめとよやしのソテー】 はるさめ・もやし にんじん・にら コーン・油・塩 しょうゆ 【みそ汁】 じゃがいも・みそ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【れんこんハンバーグ】 鶏ひき肉・パン粉 たまねぎ・片栗粉 れんこん・砂糖 酒・しょうゆ みりん 【白菜の甘酢和え】 濃厚ソース 【ひじき煮】 ひじき・にんじん ☆【かみかみスープ】 切干大根・たまねぎ にんじん・ねぎ 油・鶏だし・酒 しょうゆ・塩 かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ポークカレー】 油・豚肉・塩 にんじん・たまねぎ じゃがいも・かぼちゃ グリーンピース ノンビーフルー 濃厚ソース 【みそ汁】 ひじき・にんじん 油揚げ・砂糖 だし・しょうゆ	【チキンライス】 七分つき米 油・鶏肉・たまねぎ グリーンピース・コーン ケチャップ 洋風だし 【ナゲット】 鶏ひき肉・塩 木綿豆腐・片栗粉 たまねぎ・油 しょうが・にんにく 【コーンスープ】 コーン・ねぎ クリームコーン 洋風だし・塩	【ごはん】 七分つき米 【鶏の海苔焼き】 鶏もも肉・しょうが しょうゆ・にんにく みりん・砂糖・塩 片栗粉・海苔・油 【コールスローサラダ】 キャベツ・にんじん 酢・砂糖・塩 ノンエッグマヨネーズ 【すまし汁】 木綿豆腐・だいこん 油揚げ・しょうゆ 塩・ねぎ かつお・昆布だし汁	【きのこカレーうどん】 ゆでうどん・豚肉 しめじ・えのきたけ こまつな・にんじん ねぎ・しょうゆ みりん・塩・片栗粉 カレー粉 かつお・昆布だし汁 【かぼちゃの甘煮】 かぼちゃ・しょうゆ かつお・昆布だし汁 砂糖	【青菜ごはん】 七分つき米 こまつな・油 にんじん・しらす干し 【おから煮】 にんじん・しめじ いんげん・砂糖 しょうゆ・油揚げ 豚ひき肉 かつおだし汁 【みそ汁】 しめじ・さつまいも かつお・昆布だし汁 みそ	【ごはん】 七分つき米 【八宝菜】 油・豚肉・はくさい にんじん・しめじ コーン・ピーマン もやし・たまねぎ 鶏だし・しょうゆ 片栗粉 【さつまいもサラダ】 さつまいも・きゅうり にんじん・コーン・塩 ノンエッグマヨネーズ 【豆腐スープ】 木綿豆腐・もやし 鶏だし・塩・ねぎ	【ごはん】 七分つき米 【さけの西京焼き】 さけ・白みそ みりん・砂糖 【きゅうりとよやしの酢の物】 きゅうり・もやし わかめ・コーン ツナ・酢・砂糖・塩 【豚汁】 豚肉・だいこん にんじん・ごぼう ねぎ・油・みそ 油揚げ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【チキンカツ】 鶏むね肉・小麦粉 パン粉・油 ケチャップ 【ブロッコリーのマヨネーズあえ】 ブロッコリー・塩 にんじん・コーン ノンエッグマヨネーズ 【すまし汁】 じゃがいも・塩 えのきたけ・しょうゆ わかめ かつお・昆布だし汁	【さつまいも御飯】 七分つき米・酒 さつまいも・塩 【豆腐の五目焼き】 木綿豆腐・にんじん 鶏ひき肉・しめじ ひじき・しょうが しょうゆ・酒・塩 片栗粉 【ほうれん草と油揚げのお浸し】 ほうれん草 【みそ汁】 ほうれん草 にんじん・油揚げ しょうゆ・みりん かつお・昆布だし汁 【みそ汁】 切干大根・わかめ たまねぎ・みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【肉団子の甘酢あん】 豚ひき肉・たまねぎ ねぎ・酒・塩・油 片栗粉・しょうゆ 砂糖・酢 【スパゲティサラダ】 スパゲティ・にんじん きゅうり・塩 ノンエッグマヨネーズ 【チキンスープ】 鶏ひき肉・塩 だいこん・じゃがいも にんじん・洋風だし	【焼きそば】 焼きそばめん 豚肉・酒・もやし キャベツ・にんじん たまねぎ・油 中濃ソース あおのり 【きゅうりの昆布あえ】 きゅうり 塩こんぶ 【みそ汁】 鶏もも肉・みそ だいこん かつお・昆布だし汁 さつまいも
	【チヂミ】 キャベツ・にら たまねぎ・小麦粉 ぶたひきにく・しょうゆ 片栗粉 【にぼし】 【牛乳】	【コーンマヨトースト】 食パン・コーン ノンエッグマヨネーズ 【にぼし】 【牛乳】	【ぶかしいも】 【棒チーズ】 【にぼし】 【牛乳】	【アップルポテト】 さつまいも りんご・砂糖 無塩バター 【にぼし】 【牛乳】	【フルーツヨーグルト】 ヨーグルト 砂糖・みかん バナナ・干しぶどう 【にぼし】 【牛乳】	【おこわおにぎり】 もち米・ひじき・酒 にんじん・ごぼう しめじ・鶏肉・塩 しょうゆ・みりん 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【ゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【バナナ】 【にぼし】 【牛乳】	【納豆やき】 納豆・青のり・油 キャベツ・梅干 しらす干し・小麦粉 【にぼし】 【牛乳】	【焼きいも】 【にぼし】 【牛乳】	【小豆蒸しパン】 小麦粉・牛乳 油・つぶしあん ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【かぼちゃドーナツ】 かぼちゃ・小麦粉・砂糖 無塩バター・油・牛乳 ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【ミニゼリー】 【にぼし】 【牛乳】

※【にぼし】は幼児のみです

☆は、「かみかみ」メニューです