



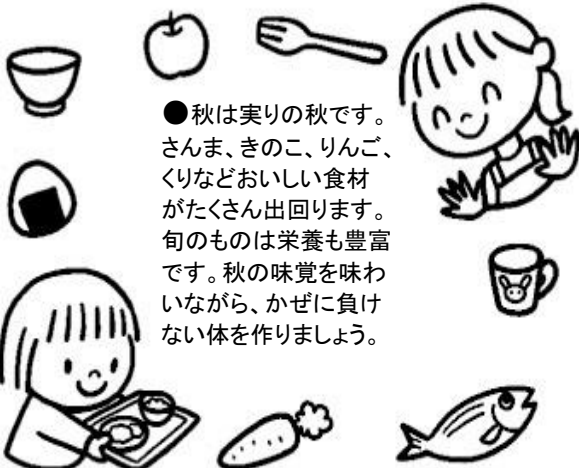
# 10月給食だより

令和2年10月1日



ちどり保育園

日	曜日	給食献立表	9時のおやつ	3時のおやつ
1	木	豆腐とツナのハンバーグ スパゲティソテー お月見スープ	牛乳 バナナ	牛乳 お月見ゼリー
2	金	さつま芋ご飯 秋鮭のもみじ焼き きのこと青菜のおかか和え すまし汁 梨	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 小倉トースト
3	土	スパゲティミートソース 小松菜とツナのサラダ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
5	月	豚肉の生姜炒め ポテトサラダ トマト 切干大根のみそ汁	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 ゆかりクッキー
6	火	鮭のちゃんちゃん焼き 煮豆 にらたま汁 焼きのり	牛乳 シガーフライ	牛乳 ベジータケーキ
7	水	五目汁 白菜のお浸し チキンナゲット ひじきふりかけ りんご	牛乳 ハードビスケット	牛乳 プリン
8	木	チキン南蛮 五目和え かぼちゃの豆乳汁 桃缶	牛乳 マンナ	牛乳 小魚甘辛・星たべよ
9	金	ポークカレーシチュー ゆかりサラダ ゆで卵 オレンジ	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 クラッカーサンド
10	土	運動会(4・5才 簡易給食 とんがりコーン りんごジュース)		
12	月	鶏肉とほうれん草の豆乳味噌グラタン キャベツの香りづけ きのことスープ	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 切干大根おにぎり
13	火	うま煮 青菜のお浸し 納豆 しゅうまい	牛乳 バナナ	牛乳 ヨーグルトゼリー・莓ソースかけ
14	水	千草焼き ひじきの煮物 すまし汁 オレンジ	牛乳 シガーフライ	牛乳 チーズ・ハッピーターン
15	木	魚のかば焼き 野菜ときのこのソテー 刻み昆布 みそ汁	牛乳 ハードビスケット	牛乳 きな粉おはぎ
16	金	すき焼き丼 もずくの酢の物 ウインナー みかん	牛乳 マンナ	牛乳 米粉のバナナスティック
17	土	カレーうどん ごま塩サラダ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
19	月	鶏肉のごまみそ焼き 柿なます のっぺい汁 (三未加算 菜飯)	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 豆腐ドーナツ
20	火	豚肉と厚揚げの中華炒め 粉ふき芋 焼き春巻き オレンジ	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 きな粉クリームサンド
21	水	かき揚げ きゅうりとわかめの酢の物 赤だし汁 パイン缶	牛乳 シガーフライ	牛乳 昆布・さやえんどう
22	木	豆乳コーンシチュー フレンチサラダ ミートボール 手作りふりかけ	牛乳 ハードビスケット	牛乳 パンケーキ
23	金	照り焼き丼 豆サラダ 春雨スープ りんご	牛乳 マンナ	牛乳 マシュマロフレーク
24	土	八宝麺 グリーンポテト バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
26	月	親子煮 青菜の昆布和え ウインナー オレンジ	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 もちもちチーズ
27	火	擬製豆腐 さつま芋の甘煮 根菜のみそ汁 桃缶	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 白い風船
28	水	鶏肉のクリームソース 大根サラダ トマト 野菜スープ	牛乳 シガーフライ	牛乳 かぼちゃポーロ
29	木	西京焼き れんこんのきんぴら 昆布豆 柿	牛乳 ハードビスケット	牛乳 じゃがたこ焼き
30	金	ごま塩ご飯 かぼちゃコロケ プロッコリーとコーンの和え物 ハロウィンスープ	牛乳 マンナ	牛乳 りんご蒸しパン
31	土	田舎うどん キャベツのごま酢和え バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい



●秋は実りの秋です。  
さんま、きのこ、りんご、  
くりなどおいしい食材  
がたくさん出回ります。  
旬のものは栄養も豊富  
です。秋の味覚を味わ  
いながら、かぜに負け  
ない体を作りましょう。



- ※0、1歳児には缶詰の果物は甘すぎたり、下痢を  
しやすいため生果物に替えています。
- ※0、1歳児にはカレールウ(カレー粉)は、刺激が  
強いため使用せず他のもので味付けしています。
- ※0、1歳児に限っては、おやつが上記のものとな  
ることがあります。