



10月給食献立表

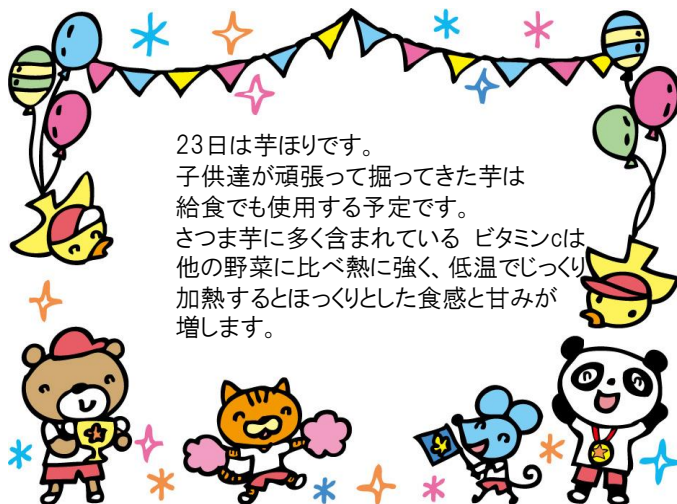


平成30年度
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	月	牛乳 コーンフレーク	関東煮 青菜のしらすあえ しゅうまい	牛乳 ごまクラッカー
2	火	牛乳 バナナ	八宝菜 焼きポテト 小魚佃煮 もも缶	牛乳 さつまいも入り水ようかん ゆで栗
3	水	牛乳 シガーフライ	千草焼き ブロッコリーの塩ゆで けんちん汁 (3未菜飯)	牛乳 ココナッツサブレ
4	木	牛乳 野菜かりんとう	香味煮 昆布ピーマン ウインナー	牛乳 かつぱえびせん
5	金	牛乳 こんがりサクサク	すきやき丼 もずくの酢の物 梨	牛乳 小魚 おにぎりせんべい
6	土		運動会(動物ビスケット・りんごジュース・ゼリー)	
9	火	牛乳 バナナ	みそカツ ごまドレッシングサラダ すまし汁	牛乳 牛乳もち
10	水	牛乳 星たべよ	鶏肉と里芋の炒め煮 小松菜納豆 トマト ミートボール りんご	牛乳 ヨーグルトスキムケーキ
11	木	牛乳 あげせんべい	豆腐とツナのハンバーグ スパゲティソテー みそ汁	牛乳 ベジたべる
12	金	牛乳 エースコイン	ごはん 魚の塩焼き 切干天根のソース炒め かぼちやの豆乳汁 手作りひじきふりかけ	牛乳 チーズ ギンビス
13	土	牛乳 ビスケット	いなかうどん キャベツのごま酢あえ バナナ	牛乳 ビスケット
15	月	牛乳 コーンフレーク	関東煮 青菜のしらすあえ しゅうまい	牛乳 米粉のもちもちケーキ
16	火	牛乳 バナナ	さんまのかば焼き 切干大根の和風サラダ すまし汁	牛乳 ピザトースト
17	水	牛乳 シガーフライ	八宝菜 焼きポテト 小魚佃煮 もも缶	牛乳 ハッピーターン
18	木	牛乳 野菜かりんとう	千草焼き ブロッコリーの塩ゆで けんちん汁 (3未菜飯)	牛乳 かつぱえびせん
19	金	牛乳 フルーチェ	すきやき丼 もずくの酢の物 梨	牛乳 小魚 おにぎりせんべい
20	土	牛乳 ビスケット	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
22	月	牛乳 星たべよ	さつまいも汁 青菜のおひたし 豆腐ナゲット 焼きのり	牛乳 ジャムサンド
23	火	牛乳 こんがりサクサク	豆腐とツナのハンバーグ スパゲティソテー みそ汁	牛乳 れんこんチップス ココナッツサブレ
24	水	牛乳 バナナ	鶏肉と里芋の炒め煮 小松菜納豆 トマト りんご ミートボール	牛乳 さつまいものオレンジ煮
25	木	牛乳 あげせんべい	みそカツ ごまドレッシングサラダ すまし汁	牛乳 ベジたべる
26	金	牛乳 エースコイン	さつまいもごはん 秋鮭のもみじ焼き トマト きのこ青菜のおかかあえ すまし汁 みかん	牛乳 チーズ ギンビス
27	土	牛乳 ビスケット	いなかうどん キャベツのごま酢あえ バナナ	牛乳 ビスケット
29	月	牛乳 あんぱんビスケット	豚肉と厚揚げの中華炒め グリーンポテト 小魚ごま風味 パイン缶	牛乳 きなこクッキー
30	火	牛乳 ルヴァン	魚の西京焼き 青菜の磯あえ 豆腐のすまし汁 手作りひじきふりかけ	牛乳 梅の香おにぎり
31	水	牛乳 あんぱんせんべい	香味煮 昆布ピーマン ウインナー 柿	牛乳 ふかし芋

- ★ たんぽぽ・すみれ・あじさい組さんは、お米2合を10日までに持って来てください。
- ★ 袋には必ずクラス名(1組か2組も)、名前を大きくはっきりと書いてください。
- ★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食で対応しています。

給食だより



23日は芋ほりです。
子供達が頑張って掘ってきた芋は
給食でも使用する予定です。
さつまいもに多く含まれている ビタミンCは
他の野菜に比べ熱に強く、低温でじっくり
加熱するとほっくりとした食感と甘みが
増します。



おいしいさつまいものポイント

- *皮の色が鮮やかでふっくらとしたもの
- *ずっしりと重みがあるもの
- *軸の部分から密が出ていたら
完熟して甘みがましている証拠