

10月予定献立表

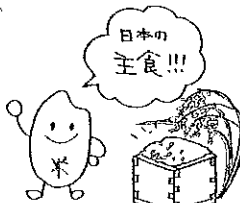


〈平成28年〉
大崎保育園

日	曜日	献立	乳児		3時おやつ
			追加	10時	
31	月	中華丼、煮豆、かまぼこサラダ、みそ汁、ゼリー	豆腐	フルーツ おかし芋	スキムホーロ
	火				
	水				
	木				
	金				
1	土	きつねうどん、ツナサラダ、フルーツ	レーズン	フルーツ クッキー	
3	月	かつまきご飯、菜巻揚げ、酢のもの、みそ汁、ゼリー	乾わかめ	フルーツ せんべい	ごま豆腐
4	火	シーフードカレー、豚肉のじかた、里芋の煮つけ、けんちん汁、フルーツ	茹で70-70	フルーツ ホーロ	ミルクりんごケーキ
5	水	ご飯、ぶりかけ、さしものみそ煮、糸内豆和え、すまし汁、フルーツ	うすあげ	フルーツ ウエイズ	いかぐりホーロ
6	木	クリームシロイタテ、大豆の甘辛揚げ、切り干し大根サラダ、ヨーグルト	イチゴジャム	フルーツ おかし芋	みそおにぎり
7	金	ご飯、茄子たっぷり、おろし照り焼き肉団子、卵の花、みそ汁、フルーツ	きんぴら	フルーツ おかし芋	マカロニグラタン
8	土	豚丼、すまし汁、フルーツ	チーズ	フルーツ ビスケット	
10	月	〈体育の日〉			
11	火	ご飯、味付けのり、かまぼこ、おひたし、すまし汁、ゼリー	乾わかめ	フルーツ クッキー	スキムミルクもち
12	水	黒豆ご飯、さけのレモン蒸し、おひたし、豚汁、フルーツ	くらすけ	フルーツ せんべい	かつまき りんごケーキ
13	木	ご飯、鶏胸肉の油淋鶏、マカロニサラダ、スープ、フルーツ	レーズン	フルーツ ホーロ	豆大福
14	金	〈誕生会〉		フルーツ ウエイズ	ケーキ
15	土	肉うどん、おかが和え、フルーツ	チーズ	フルーツ ビスケット	
17	月	ハヤシライス、ユルユルス、チーズ、フルーツ	レーズン	フルーツ クッキー	マシュマロおとし
18	火	ご飯、豚肉のしょうが焼き、くらすけ和え、みそ汁、フルーツ	豆腐	フルーツ ホーロ	かつまき りんごケーキ
19	水	きんぴらご飯、焼鯖魚、春雨サラダ、すまし汁、フルーツ	チーズ	フルーツ せんべい	ゼリー、クッキー
20	木	×ロシアン、鶏のから揚げ、しいたげマヨ、クラムキャラバン、フルーツ	茹で70-70	フルーツ おかし芋	カリウおにぎり
21	金	〈お当の日〉		フルーツ おかし芋	フルーツヨーグルト
22	土	親子丼、みそ汁、フルーツ	乾わかめ	フルーツ ウエイズ	
24	月	大豆りわかめご飯、煮魚、鍋しほ、かきたま汁、ゼリー	チーズ	フルーツ せんべい	かつまきの ミルクりんご
25	火	ご飯、豚カツ、きのこ和え、みそ汁、フルーツ	くらすけ	フルーツ おかし芋	おしるこ
26	水	シーフードカレー、グリーンサラダ、チーズ、フルーツ	レーズン	フルーツ ビスケット	りんごホーロ
27	木	ラーメン、甘辛からしクキキ、ごま和え、ヨーグルト	イチゴジャム	フルーツ クッキー	スイートホーロ
28	金	糸内豆ご飯、おでん、みそ汁、おひたし、すまし汁、フルーツ	乾わかめ	フルーツ ウエイズ	70-70
29	土	シロイタテ、かまぼこサラダ、フルーツ	チーズ	フルーツ おかし芋	

お食を知らう！〜新〜

新米が食べられる季節になりました。
お米はご飯などに炊いて食べるほかに、
加工して、お菓子や調味料の主原料や、
副原料に使われます。
米を蒸して酵母で発酵させると
日本酒・焼酎やみりん・米酢・米みそになります。
米粉でできた、パンや麺もみかけます。



新米は水加減を少な目にして
炊きましょう。
旬の粟やさつまいもを炊き込んで、
秋を味わいましょう！

米は色々な物になるよ！



※ 10/31の献立は一番上です