



10月予定献立表



<令和3年>
大崎保育園

日	曜日	献立	10時	3時おやつ
1	金	ゆかりご飯・鶏肉の唐揚げ・ほうれん草のお浸し・みそ汁・ぶどうゼリー	さきいか	ココア蒸しパン
2	土	<運動会>	ぱりんこ	
4	月	きのこご飯・豚肉と玉ねぎの甘辛炒め・キャベツのコンソメ煮・わかめスープ・オレンジ	さきいか	人参チュロス
5	火	ご飯・ふりかけ・肉じゃが・もやしの納豆和え・すまし汁・りんご	きな粉マカロニ	さつま芋スティック
6	水	大豆入りわかめご飯・たらとひじきの栄養揚げ・レタス酢の物・豚汁・バナナ	星たべよ オレンジ	クッキー
7	木	<おにぎりパーティ>おにぎり(4.5歳、ご飯0.1.2.3歳)(昆布佃煮・はちみつ梅・ 鮭フレーク)・鶏肉の香味焼き・切干大根煮・みそ汁・ヨーグルト	スティックパン	クレープ
8	金	ミートスパゲティ・ひじきサラダ・チーズ・りんご	バナナチップ	きつねおにぎり
9	土	親子丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	
11	月	ご飯・味付けのり・豚バラ大根・かみかみサラダ・みそ汁・バナナ	ハッピーターン オレンジ	チーズ饅頭
12	火	納豆ご飯・さばのみそ煮・ほうれん草の白和え・すまし汁・りんごゼリー	ジャムトースト	マーメイドマフィン
13	水	ご飯・プルコギ・切干大根サラダ・もやしスープ・オレンジ	バナナチップ	揚げパン
14	木	ソースカツ丼・ブロッコリーのごま酢和え・粉ふき芋・すまし汁・バナナ	さきいか	スイートポテト
15	金	<弁当の日>	スティックパン	マシュマロサンド
16	土	ハヤシライス・ツナサラダ・オレンジ	クラッカー りんご	
18	月	ご飯・トンテキ・小松菜の煮浸し・けんちん汁・ヨーグルト	チーズトースト	お好み焼き
19	火	きな粉ご飯・さわらの照り焼き・ブロッコリーのきのこ和え・みそ汁・りんご	バナナチップ	フライドポテト
20	水	<誕生会>チョコパン(3上)レーズンパン(3末)・チューリップ唐揚げ スパソテー・ごまドレサラダ・豆乳スープ・オレンジ	星たべよ バナナ	栗のケーキ
21	木	きつねうどん・ししゃも焼き・白菜のおかか和え・りんご	スティックパン	細巻き
22	金	ご飯・ホイコーロー・中華サラダ・春雨スープ・バナナ	さきいか	ココアちんすこう
23	土	牛丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	
25	月	ご飯・鮭のレモン蒸し・ポパイサラダ・キャベツスープ・オレンジゼリー	きな粉トースト	さつま芋ドーナツ
26	火	ラーメン・鶏肉の塩麹チキングリル・白菜のナムル・りんご	ぱりんこ バナナ	ゆかりとチーズのおにぎり
27	水	カレーライス・ブロッコリーのタルタルサラダ・チーズ・オレンジ	さきいか	ふのラスク
28	木	麦ご飯・さばの塩焼き・ひじき煮・みそ汁・りんご	バナナチップ	フレンチトースト
29	金	<ご当地グルメ・岐阜>わかめご飯・鶏ちゃん・しらす和え・かき玉汁・バナナ	スティックパン	りんごのケーキ
30	土	豚丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	

食欲の秋です

実りの秋になりました。食べ物の旬を知り味わうことで、豊かな感性を育てたいですね。毎日の食卓に旬の食材を取り入れて、季節の恵みを楽しみましょう。



今月は秋の味覚を取り入れて「きのこご飯」を提供します。
来月は秋の魚「さんま」でパーティを企画しています。