



# 《令和3年10月 給食献立表》

★★★大野保育所★★★



| 日  | 曜 | 9時おやつ      | 昼食      |   | 3時おやつ          |
|----|---|------------|---------|---|----------------|
|    |   | (乳児)       | (乳児)    | 全員  | 全員             |
| 1  | 金 | 牛乳 豆乳クッキー  | 牛乳 ごはん  | キーマカレー(ライス)、ほうれん草の卵焼き<br>マカロニサラダ、ブロッコリー、パイン | げんまいぼんせん 牛乳    |
| 2  | 土 | 牛乳 野菜チップ   | 牛乳 ごはん  | ビーフン、すまし汁、白菜のごま和え、バナナ                       | おこめりんぐ 牛乳      |
| 4  | 月 | 牛乳 きなこあられ  | 牛乳 ごはん  | 五目ひじき、豆腐のみそ汁<br>きゅうりの酢の物、ミニトマト、オレンジ         | いもよせ 牛乳        |
| 5  | 火 | 牛乳 びすこ     | 牛乳 ごはん  | 魚の更紗焼き、親子汁<br>五目和え、枝豆、ぶどう                   | ちーずむしぱん 牛乳     |
| 6  | 水 | 牛乳 桃缶      | 牛乳 麦ごはん | 魚のグリーンソース焼き、かぶのスープ<br>かぼちゃのサラダ、チーズ、柿        | だいちいりこのあげに 牛乳  |
| 7  | 木 | 牛乳 りんご     | 牛乳 ごはん  | ちくわの磯辺揚げ、にらたま汁<br>ブロッコリーのツナマヨ、納豆、メロン        | べびーかすてら 牛乳     |
| 8  | 金 | 牛乳 ひこうきびす  | 牛乳 ごはん  | かぼちゃのシチュー、トマトとハムの卵焼き<br>豚しゃぶサラダ、キウイ         | ばななよーぐると       |
| 9  | 土 | 牛乳 めーぶるびす  | 牛乳 ごはん  | 高野豆腐と野菜の卵とじ、焼き餃子<br>蒸しさつまいも、オレンジ            | えびせん 牛乳        |
| 11 | 月 | 牛乳 バナナ     | 牛乳 ごはん  | きんぴらごぼう、小松菜のみそ汁<br>ブロッコリーのごま和え、ぶどう          | しゅがーとーすと 牛乳    |
| 12 | 火 | 牛乳 豆乳クッキー  | 牛乳 ごはん  | 魚のチーズフライ、ミネストローネ<br>ほうれん草サラダ、ミニトマト、パイン      | まるぼーろ のむよーぐると  |
| 13 | 水 | 牛乳 桃缶      | 牛乳 麦ごはん | 鶏肉のマーメレード焼き、イタリアンスープ<br>ポテトサラダ、ブロッコリー、柿     | しゃけおにぎり 牛乳     |
| 14 | 木 | 牛乳 野菜チップ   | 牛乳 ごはん  | ポークビーンズ、炒り卵<br>アップルサラダ、アスパラ、メロン             | おかし 牛乳         |
| 15 | 金 | 牛乳 えびせん    | 牛乳      | お弁当の日                                       | どうぶつびすけっと やくると |
| 16 | 土 | 牛乳 ごぼうせんべい | 牛乳 ごはん  | すき焼きうどん、しゅうまい<br>ゆかり和え、りんご                  | しょうゆせんべい 牛乳    |
| 18 | 月 | 牛乳 びすこ     | 牛乳 ごはん  | 豆腐とエビのケチャップ煮、きゅうりのナムル<br>ブロッコリーの卵とじ、バナナ     | ぷりん 牛乳         |
| 19 | 火 | 牛乳 あられ     | 牛乳 ごはん  | 魚のもみじ焼き、中華五目スープ<br>マロニーの酢の物、ぶどう             | こざかなすなっく 牛乳    |
| 20 | 水 | 牛乳 桃缶      | 牛乳 麦ごはん | ししゃものカレー天ぷら、さつまい<br>キャベツのごま和え、キウイ           | みたらしだんご 牛乳     |
| 21 | 木 | 牛乳 りんご     | 牛乳 ごはん  | 五目煮、そうめん汁<br>ブロッコリーのおかか和え、柿                 | おからかりんとう 牛乳    |
| 22 | 金 | 牛乳 あまからせん  | 牛乳 誕生会  | 炊き込みご飯、ハンバーグ、大根のみそ汁<br>ほうれん草の白和え、アスパラ、オレンジ  | けーき 牛乳         |
| 23 | 土 | 牛乳 めーぶるびす  | 牛乳 ごはん  | なすと豚肉のみそ炒め、豆腐のすまし汁<br>きゅうりもみ、バナナ            | ひこうきびすけっと 牛乳   |
| 25 | 月 | 牛乳 ポーロ     | 牛乳 ごはん  | 八宝菜、ハムステーキ<br>ツナアスパラ、チーズ、りんご                | ふる一つよーぐると      |
| 26 | 火 | 牛乳 あられ     | 牛乳 ごはん  | プルコギ、わかめと卵のスープ<br>中華風サラダ、ミニトマト、パイン          | ここあほっとけーき 牛乳   |
| 27 | 水 | 牛乳 桃缶      | 牛乳 麦ごはん | 鮭のバターしょうゆ焼き、肉団子のスープ<br>ブロッコリーサラダ、オレンジ       | かぼちゃきなこ 牛乳     |
| 28 | 木 | 牛乳 バナナ     | 牛乳 ごはん  | 野菜とエビのかき揚げ、かきたま汁<br>おかか和え、キウイ               | かすてら のむよーぐると   |
| 29 | 金 | 牛乳 かぼちゃせん  | 牛乳 ごはん  | ハヤシ(ライス)、オムレツ風卵焼き<br>レタスサラダ、枝豆、かぼちゃプリン      | もちもちちーずぱん 牛乳   |
| 30 | 土 | 牛乳 ひこうきびす  | 牛乳 ごはん  | ミニチキン、マロニースープ<br>アスパラソテー、オレンジ               | おこめばふここあ 牛乳    |



## 給食だより



★15日(金)は「お弁当の日」です。お弁当の準備をお願いします。  
 ☆22(金)は「お誕生日会」です。行事食のため、主食はいりません。

＜食欲の秋です＞

新米、さんま、鮭、しめじ、椎茸、玉ねぎ、人参、大豆、ぶどう、りんご、柿、さつまいも、里芋、栗 など  
 秋は、食材がたくさん実ります。お米や種実類、イモ類、脂ののった魚など、体を温め、体の調子を整えてくれる ビタミン豊富な果物、毒素を体の外に出してくれるキノコや野菜、豆類と旬のものがたくさんあります。保育園では様々な食材を使ったメニューを予定しております。ご家庭でも秋の味覚を楽しみながら「食欲の秋」にしてみてくださいいかがでしょうか？

