



《令和4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				
1	土	牛乳	ごまびすけっと	牛乳	ごはん	温野菜と豚肉のぼん酢和え 厚揚げのみそ汁、粉ふきいも、バナナ		おこめりんぐ	牛乳	
3	月	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	ごはん	魚のカレー天ぷら、五目汁 グリーンサラダ(青じそ)、パイン		えびすなっく	牛乳	
4	火	牛乳	梨	牛乳	ごはん	五目きんぴら、かぼちゃのみそ汁 ゆで卵、チーズ、キウイ		ゆかりおにぎり	牛乳	
5	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚の更紗焼き、ワカメスープ アスパラソテー、さつまいも、オレンジ		かすてら	のむよーぐると	
6	木	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	ちくわの磯辺揚げ、納豆 にらたま汁、五目和え、柿		あつがるほっとけーき	牛乳	
7	金	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	ハヤシ(ライス)、オムレツ風卵焼き マカロニサラダ、メロン		じゃむよーぐると		
8	土	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳	ごはん	麻婆豆腐、しゅうまい コーンクリームサラダ、みかん缶		くらっかー	牛乳	
11	火	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	ひじきと大豆煮、かぶのみそ汁 ウインナー、ミニトマト、ぶどう		みれーびすけと	とうにゅうぱいん	
12	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のあんかけ、親子汁 わかめの酢の物、バナナ		かぼちゃきなこ	牛乳	
13	木	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	プルコギ、マロニースープ 枝豆、にんじん、パイン		やさいかりんとう	牛乳	
14	金	牛乳	めーぶるびす	牛乳		お弁当の日		もりのかくれんぼ	牛乳	
15	土	牛乳	せんべい	牛乳	ごはん	すき焼き風煮 ブロッコリーのおかか和え、チーズ、梨		どうぶつびすけっと	牛乳	
17	月	牛乳	きなこびすけと	牛乳	ごはん	鮭のムニエル、白菜と肉団子のスープ ポテトフライサラダ、キウイ		こざかなすなっく	牛乳	
18	火	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	高野豆腐と野菜の卵とじ、ハムステーキ 大根とベーコンのサラダ、パイン		もちもちちーずぱん	牛乳	
19	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ひじきのすり身揚げ、さつまいも汁 マロニーの酢の物、ぶどう		さくつとあられ	らむね	牛乳
20	木	牛乳	黒豆あられ	牛乳	ごはん	チキンカレー(ライス) ほうれんそうの白和え、炒り卵、梨		まるぼーろ	のむよーぐると	
21	金	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	誕生会	食パン、とんかつ、コンソメスープ 豚しゃぶサラダ、ブロッコリー、柿		はろういんかつづけーき	牛乳	
22	土	牛乳	ごまびすけっと	牛乳	ごはん	なすと豚肉のみそ炒め、すまし汁 ワカメとツナの炒め物、りんご		おこめぱふここあ	牛乳	
24	月	牛乳	びすこ	牛乳	きなこごはん	焼きししゃも、そうめん汁 ゆかり和え、ミニトマト、みかんゼリー		ふる一つよーぐると		
25	火	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き イタリアンスープ、ささみサラダ、パイン		さつまいもてんぷら	牛乳	
26	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のゴマしそ揚げ、トマトと卵のスープ 中華風サラダ、ぶどう		きなこ一すと	牛乳	
27	木	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	ごはん	昆布と大豆煮、白菜と豆腐のみそ汁 かぼちゃのサラダ、りんご		おからかりんとう	牛乳	
28	金	牛乳	めーぶるびす	牛乳	ごはん	ポークシチュー、チーズ入り卵焼き アップルサラダ、キウイ		にくまん	牛乳	
29	土	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	野菜炒め、じゃがいものすまし汁 アスパラのツナマヨ和え、柿		えびせん	牛乳	
31	月	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳	ごはん	ちゃんぽん、焼き餃子 きゅうりのナムル、枝豆、梨		べびーかすてら	牛乳	



給食だより



★14(金)は「お弁当の日」です。お弁当の準備をお願いします。
 ☆21(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」にしてみてもいいのではないでしょうか？

