

10月の献立予定表

武内保育園

日	曜	副 食 (共 通)	未満児			お や つ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
1	火	魚のベーコン蒸し,おから炒め,チンゲン菜の味噌汁,キウイ	麦ごはん	にんじんしりしり	牛乳 ウエハース	いりこ	ヨーグルトムース
2	水	けんちんうどん,ひじきサラダ,チーズ納豆,ゼリー	麦ごはん	粉ふき芋	バナナ	いりこ	おむすび(ツナマヨ)
3	木	南瓜コロック,中華サラダ,すまし汁,なし(以上児)	麦ごはん	がんもの煮物 バナナ	いりこ	いりこ	牛乳 フレークおこし
4	金	鶏肉のおろし煮,ポークビーンズ,コンソメスープ オレンジ	麦ごはん	卵焼き	牛乳 チーズ	いりこ	丸ポーロ
5	土	親子丼,野菜炒め,厚揚げの味噌汁	麦ごはん				おむすび(わかめ)
7	月	魚のカラフル焼き,南瓜とささみの胡麻和え, もやしの味噌汁,キウイ	麦ごはん	高野豆腐と ツナ炒め	コーンフレーク	いりこ	☆おむすび (のりたま)
8	火	カレーライス,ツナサラダ,ゼリー	麦ごはん	ブロッコリーの ゆかり和え	牛乳 ウエハース	いりこ	ジュース ココア蒸しパン
9	水	豆乳担々そうめん,高菜チャンプルー,オレンジ	麦ごはん	なすの胡麻和え	バナナ	いりこ	フルーチェ
10	木	のり塩から揚げ,野菜の塩昆布和えすまし汁,なし(以上児)	麦ごはん	野菜ビーンズ オレンジ	いりこ	いりこ	牛乳 スティックチーズ ケーキ
11	金	〇肉豆腐,野菜の胡麻和え,麩の味噌汁,バナナ	麦ごはん	ごぼうの味噌煮	牛乳 チーズ	いりこ	〇かやくおむすび
12	土	中華丼,肉じゃが,しめじの味噌汁	麦ごはん				おむすび (しらすごま)
15	火	松風焼き,じゃがいもの旨煮,もやしの味噌汁,りんご	麦ごはん	野菜炒め	コーンフレーク	いりこ	ジュース ハムチーズフリトー
16	水	ちゃんぽん,おからサラダ,ゼリー	麦ごはん	金平れんこん	牛乳 ウエハース	いりこ	おむすび (枝豆塩昆布)
17	木	ささみのフライ,大豆の磯煮,南瓜の味噌汁,オレンジ	麦ごはん	じゃがいもの そぼろ煮	いりこ	いりこ	牛乳 麩ラスク
18	金	鮭のマヨみそ焼き,かんころ煮しめ,すまし汁,バナナ	麦ごはん	チンゲン菜の 和え物	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース さつまりこ
19	土	貝うどん,ジャーマンポテト,ふりかけ	麦ごはん				おむすび(のり)
21	月	生姜焼き,冬瓜のそぼろ煮,チンゲン菜の味噌汁,りんご	混ぜごはん		コーンフレーク	いりこ	おむすび (うめおかか)
22	火	ハヤシライス,野菜コーンサラダ,ゼリー	麦ごはん	ハンバーグ	牛乳 ウエハース	いりこ	プリン
23	水	お供日食	麦ごはん	バナナ	いりこ	いりこ	おむすび(きつね)
24	木	マーボー豆腐,中華炒め,麩の味噌汁,オレンジ	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	ジュース きな粉揚げパン
25	金	キャベツのキッシュ,ごぼうの白和え,油揚げの味噌汁 バナナ	麦ごはん	納豆和え	牛乳 チーズ	いりこ	ミルク マドレーヌ
26	土	ミートソーススパゲティ,ポテトサラダ,コンソメスープ	麦ごはん				せんべい
28	月	れんこんつくねの照り焼き,三色和え,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	肉じゃが	コーンフレーク	いりこ	おむすび(ごぼう)
29	火	グラタン,ハンパンジーサラダ,玉ねぎの味噌汁,りんご	麦ごはん	レバーの甘煮	牛乳 ウエハース	いりこ	ジュース かりんこ揚げ
30	水	あんかけ焼きそば,高野豆腐の卵とし,ごぼうの味噌汁 オレンジ	麦ごはん	南瓜の煮物	バナナ	いりこ	牛乳 パンクキンパウンド ケーキ
31	木	ちくわの磯辺揚げ,ひじき炒め,豚汁,柿(以上児)	麦ごはん	キャベツとツナの 胡麻和え バナナ	いりこ	いりこ	おむすび(ゆかり)

給食だより

『お供日』って何？

九州北部における秋祭りのことを、供日・くんちと言います。
収穫を感謝して奉納される祭りのことです。
その日のメニューは、赤飯,魚の竜田揚げ,旨煮,紅白なます,
すまし汁,柿です。

もうすぐ芋ほりの季節です



毎年恒例の芋ほりの季節になりました。
今年もたくさんのお芋が育ちました！
以上児さんのちからのみせどころですね。

☆10月の献立紹介☆

- ・今月の郷土料理は京都府です。
まだまだ日本全国の郷土料理が続きます。
- ・お供日食の日は赤飯を蒸します。
以上児さんは白ご飯はいりませんが、苦手な
お子さんは白ご飯を持たせてください。
- ・おたのしみおやつはハロウィンに
ちなんだおやつです！

☆マークは新メニューです。お楽しみに！