

平成30年10月

たのしい給食 3号

認定こども園
新宝珠幼稚園

日	献立	おやつ
1日 (月)	白身魚の天ぷら・野菜サラダ・豆腐みそ汁・ライス	牛乳 キャロット蒸しパン
2日 (火)	すき焼き風煮込み・ブロッコリーのおかか和え・玉子汁・ライス	牛乳 お菓子
3日 (水)	鶏の照り焼き・粉ふき芋・マカロニケチャップ炒め・わかめみそ汁・ライス	牛乳 ホットドック
4日 (木)	ピラフ・温野菜・季節の具だくさんスープ(秋)	牛乳 お菓子
5日 (金)	(軽給食) チーズハムロール・具だくさんスープ・プリン	お茶 おやつおにぎり
9日 (火)	焼きそば・切り干し大根の煮物・野菜みそ汁(白菜・人参)	牛乳 お菓子
10日 (水)	江戸っ子煮・ピーマンの炒め物・すまし汁(大根・人参)・ライス	牛乳 ポンポンドーナツ
11日 (木)	(軽給食) おにぎり弁当	牛乳 お菓子
12日 (金)	ポークカレーライス・きゃべつと鶏のささ身サラダ	牛乳 オレンジ寒天とリッツ
15日 (月)	ささ身フライ・ハム野菜サラダ・洋風野菜スープ(玉ねぎ・人参)・ライス	牛乳 ラスク
16日 (火)	肉うどん・南瓜煮・バナナ	牛乳 お菓子
17日 (水)	鶏そぼろ丼・じゃが芋の旨煮・すまし汁(花麩)	牛乳 お好み焼き
18日 (木)	さつま芋ご飯・鱈のかば焼き・酢の物・薄揚げみそ汁(玉ねぎ)	牛乳 ホットケーキ
19日 (金)	鮭のマヨネーズ風ソースかけ・豆腐チャンプル ・中華野菜スープ(もやし・人参)・ライス	牛乳 お菓子
22日 (月)	コーンクリームシチュー・フレンチサラダ・卵不使用食パン ・りんごジュース	牛乳 味噌たんぼ
23日 (火)	鶏肉の酢醤油煮・マカロニサラダ・洋風野菜スープ(きゃべつ・人参)・ライス	牛乳 お菓子
24日 (水)	豚肉の生姜焼き・きゃべつと竹輪のごま酢和え・豆腐汁・ライス	牛乳 さつま芋のきな粉がけ
25日 (木)	厚揚げと野菜の煮込み・もやしのナムル・きのこ汁・ライス	牛乳 お菓子
26日 (金)	ドライカレー丼・コーンサラダ・洋風野菜スープ(大根・人参)	牛乳 フルーツヨーグルト
29日 (月)	八宝菜・きゃべつのゆかり和え・スープ餃子・ライス・黄桃	牛乳 りんごのパンケーキ
30日 (火)	関東煮・野菜三色和え・麩みそ汁・ライス・りんご	牛乳 お菓子
31日 (水)	ポトフ・青菜のソテー・ライス	牛乳 大学芋

今月の栄養平均値 3号エネルギー469kcal たんぱく質16.6g 脂質12.9g(おやつ含む)

10月給食だより



今月は、運動会・芋掘り・遠足など行事が盛りだくさんです。給食では、桃組・空組がお芋掘りで取ってきたお芋を使ってさつま芋ご飯をします。みんなへおすそ分けです。10月は、気候も良く食欲の秋です。おいしくなった旬の野菜・果物を取り入れています。しっかりと食べて元気に過ごしましょう！