

平成27年
10月

保育園給食献立表

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	牛乳・ジャム その他	材 料 名 など	主 食	おやつ
1 木	ネストローサー ミールスロア	よいこ牛乳 いちごジャム コールスロドレッシング	ベーコン・たまねぎ・にんじん・キャベツ・じゃがいも・ グリーンピース・マカロニ・粉チーズ/キャベツ・にんじん・ とうもろこし/鶏もも肉	スライスパン	おさかなサブレ
2 金	肉酢じの 酢さば銀紙焼	よいこ牛乳	じゃがいも・たまねぎ・いんげん・こんにゃく・豚もも肉・ 干ししいたけ・にんじん/きゅうり・わかめ・しらす干し	ごはん	カルテツスティック菓子
3 土	運 動 会		運動会		
5 月	高野豆腐のたまご ごぶりの照りか	よいこ牛乳	鶏もも肉・高野豆腐・たまご・にんじん・干ししいたけ・ちくわ・ いんげん/ほうれん草・にんじん・油揚げ・ごま/ぶり	ごはん	オレンジゼリー
6 火	ひじきごはん 豚肉とキャベツのしょうが	よいこ牛乳 ミニゼリー(ぶどう)	米・ひじき・にんじん・こんにゃく・しめじ・鶏むね肉/ゆば・ えのきたけ・みつば・干ししいたけ・かまぼこ/豚もも肉・キャベツ・ にんじん・しょうが	ひじきごはん	かみかみおやつ 2-5歳児:お豆腐屋さんかりんとう 0.1歳児:かぼちゃパロ
7 水	海鮮中華飯 な春巻	よいこ牛乳	豚もも肉・はくさい・にんじん・たまねぎ・干ししいたけ・あさり・ いか・えび/ハム・もやし・ほうれん草・にんじん・ごま・ごま油	ごはん	りんご
8 木	コンソメスープ きのこパゲッティ	よいこ牛乳 きざみのり	ベーコン・たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ/スパゲッティ・ 鶏むね肉・たまねぎ・しめじ・えのきたけ・マッシュルーム・にんじん・ ねぎ・バター	ロールパン	なかよしせんべい
9 金	肉団子汁 おけんちのだのあんかけ	よいこ牛乳	鶏肉団子・たまねぎ・はくさい・にんじん・ねぎ・しょうが/キャベツ・ にんじん・油揚げ・かつおぶし/けんちんのだ・枝豆	わかめごはん	ヨーグルト
10 土	一口チーズ オレオン	土曜日牛乳		おにぎり	
13 火	親子浸し おさんま蒲焼	よいこ牛乳	鶏むね肉・うずら卵・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・みつば/ ほうれん草・にんじん・はくさい/さんま・しょうが	ごはん(各園炊飯)	カリボテミニ
14 水	わかめスープ ブロッコリーとえびのオニオン炒め	よいこ牛乳	鶏むね肉・わかめ・ねぎ・豆腐・にんじん・えのきたけ/えび ブロッコリー・たまねぎ	ごはん	ねじり揚げ 野菜&果物ジュース
15 木	カレーうどん カレールン	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・鶏むね肉・かまぼこ・油揚げ・ねぎ・ スキムミルク・バナナ・りんご・粉チーズ・バター/キャベツ・ きゅうり・ゆかり粉	白玉うどん	ブルーヨーグルト
16 金	根菜の磯汁 鶏肉のりんごソース	よいこ牛乳	大根・にんじん・里芋・ごぼう・豆腐・ねぎ/ひじき・大豆・ とうもろこし・いんげん/鶏もも肉・りんご・たまねぎ・しょうが・ レモン果汁	ごはん	さつまいもと栗のタルト
17 土	ソナー バナナ	白桃豆乳		ツナパン	
19 月	関東昆布 塩昆布東布和	よいこ牛乳	大根・こんにゃく・里芋・うずら卵・たまご・はんぺん・がんもどき・昆布・ 鶏もも肉/キャベツ・きゅうり・塩ふき昆布	ごはん	黒糖ロールパン 発酵乳
20 火	きのこシチュー さけのレモン煮	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・じゃがいも・マッシュルーム・しめじ・鶏もも肉・ パセリ・粉チーズ・バター・生クリーム/キャベツ・きゅうり・ まぐろ油漬/とうもろこし/さけ・レモン果汁	ミルクロールパン	カルテツゴフレット
21 水	ワンタンスープ 切干大根のサラ	よいこ牛乳	豚もも肉・チンゲン菜・にんじん・干ししいたけ・ワンタン・ねぎ/ 切干大根・にんじん・きゅうり・ハム・ごま・ごま油	ごはん	小魚ぼんせん
22 木	栗ごはん ごぼうハンバーグ	よいこ牛乳	米・もち米・栗/豆乳・はくさい・大根・じゃがいも・にんじん・ 油揚げ・ねぎ	栗ごはん	カステラドッグ
23 金	えびしんじょう 磯和風コロケ	よいこ牛乳	大根・にんじん・えびだんご・みつば・豆腐・えのきたけ・ 干ししいたけ/ほうれん草・キャベツ・のり	ごはん	おからのケーキ
24 土	型抜きチーズ ミニトマト	土曜日牛乳		おにぎり	
26 月	さんまの金平 カレーライス	よいこ牛乳	さつまいも・ごぼう・こんにゃく・鶏もも肉・はくさい・ねぎ/ れんこん・にんじん・いんげん・豚もも肉・ごま・ごま油	ごはん	水族館クッキー
27 火	カレーライス アメリカンサラダ	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豚もも肉・バター・スキムミルク・ バナナ・りんご・粉チーズ/ベーコン・きゅうり・キャベツ・チーズ・ ポテトチップス	ごはん(各園炊飯)	さつまいもチップ 発酵乳
28 水	芋掘り遠足		芋掘り遠足		
29 木	五目あんかけ 大根フリッター	よいこ牛乳	鶏もも肉・にんじん・油揚げ・かまぼこ・干ししいたけ・はくさい・ ねぎ/大根・きゅうり・ハム・ごま油	ソフト麺	野菜ウエハース 野菜&果物ジュース
30 金	パンキンポタージュ リボンパスタのソテー	よいこ牛乳 ブルーベリージャム	たまねぎ・かぼちゃ・鶏もも肉・マッシュルーム・パセリ・バター・ 粉チーズ・スキムミルク/マカロニ・ベーコン・にんじん・ とうもろこし/黄桃・みかん・パイン・バナナ	スライスパン	リングドーナツ
31 土	型抜きチーズ ミニトマト	土曜日牛乳		おにぎり	

※10月の献立です 気持ちの良い青空が広がり、美りの秋を迎えました。
10月は、きのこ、さんま、さつまいもなどたくさん食べ物が収穫できる季節です。運動会があり、体をたくさん動かす機会も増え、これから食欲も増すことでしょう。給食でも旬の食べ物を使った献立を出します。
8日「きのこスパゲッティ」、13日「さんまの蒲焼」、20日「さけのレモン煮」、22日「栗ごはん」、26日「さつまいも汁」などが出来ます。たくさん食べて大きくなってくださいね。

材料名は献立別に記入しております。
血や肉や骨になる食品……肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など
働く力や体温となる食品……パン・ごはん・うどん・いも・油など
体の調子をととのえる食品……野菜・果物など
食事は楽しく バランスよく