



の献立表

～神無月(かんなづき)～



令和3年10月 みのり第2保育園

| 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|--|-----|--|----------|--|---------|---|--|--|--|--|------------|
| <p>実りの秋、食欲の秋です。一年中で一番食べ物のおいしい季節です。子どもの頃から食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要なことです。毎日の食卓に旬の食材をとり入れ、話題も豊かな楽しい時間を過ごしたいですね♪</p> | | | | | | | | 1 | | 2 | 運動会(3歳以上児) |
| | | | | | | | | ハヤシライス 牛肉、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース 春雨の酢の物 春雨、きゅうり、人参、ハム フルーツいっぱいゼリー オレンジ風味のフレンチトースト 牛乳 | | | |
| 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | |
| きのこの和風スパゲティ ベーコン、人参、玉葱、しめじ、えのき、椎茸、刻みのみ さつま芋サラダ さつま芋、きゅうり、レーズン、 Mayo コーンスープ コーン、クリームコーン、玉葱、パセリ 果物 キャベツの炊き込みごはん はりはり漬け | | 豆腐ハンバーグ 豆腐、合ミンチ、卵、玉葱、ひじき、ケチャップ、付) きゅうり おかか和え キャベツ、人参、小松菜、かつお節 かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ、玉葱、ごぼう、ねぎ | | タンドリーそば そば、ヨーグルト、カレー粉、ケチャップ、付) さつま芋 納豆和え 納豆、ほうれん草、人参、キャベツ、もみり えのきのすまし汁 えのき、玉葱、人参、ねぎ、わかめ 果物 (バナナ) 菓子 牛乳 | | ささみフライ ささ身、パン粉、付) コーン バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま じゃが芋のみそ汁 じゃが芋、玉葱、人参、ねぎ、わかめ おからと野菜のキッシュ | | 雑穀ごはん 煮魚 カレイ 白和え ほうれん草、豆腐、人参、しめじ、ごま そうめん汁 そうめん、玉葱、人参、わかめ 黒糖蒸しパン 牛乳 | | ツナそぼろ丼 ツナ、人参、絹さや、卵 キャベツの塩昆布和え キャベツ、人参、塩昆布 厚揚げの味噌汁 厚揚げ、玉葱、ねぎ 菓子 牛乳 | |
| 11 | | 12 | おべんとうやさん | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | |
| 五目焼きそば 豚肉、キャベツ、もやし、玉葱、人参、椎茸、ピーマン さつま芋と昆布の煮物 さつま芋、刻み昆布 焼きししゃも ししゃも 果物 (バナナ) 梅 切干大根のマヨ和え | | 彩り豆腐 豆腐、豚・鶏ミンチ、椎茸、人参、カニカマ、ねぎ、卵 ひじきサラダ ひじき、きゅうり、人参、ツナ、コーン、ごま すまし汁(未満児) 豚、玉葱、わかめ、しめじ コロケ、ウィンナー(以上児) ぶかし芋 牛乳 | | 茶飯 あじのマリネ あじ、玉葱、ピーマン、人参 切干大根のツナカレー煮 切干大根、人参、いんげん、ツナ、カレー粉 豆腐の味噌汁 豆腐、油揚げ、玉葱、わかめ 菓子 牛乳 | | オレンジチキン 鶏肉、玉葱、OJ、付) 粉ふき芋 ほうれん草のコーン和え ほうれん草、人参、コーン 春雨スープ 春雨、ベーコン、玉葱、人参、絹さや 果物 (りんご) きな粉プリン | | さんまの塩焼き さんま、付) いんげん 酢の物 きゅうり、キャベツ、人参、カニカマ、わかめ、ごま なめこの味噌汁 なめこ、豆腐、玉葱、ねぎ ピザトースト 牛乳 | | 鶏肉とごぼうのピラフ 鶏肉、ごぼう、人参、ピーマン、玉葱、コーン、マギー マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、カニカマ、 Mayo キャベツのスープ キャベツ、じゃが芋、玉葱、ウィンナー、パセリ 菓子 牛乳 | |
| 18 | 十三夜 | 19 | カミカミday | 20 | あいじょう弁当 | 21 | | 22 | | 23 | |
| カレーラーメン 豚肉、玉葱、人参、キャベツ、コーン、ねぎ 大豆サラダ 水煮大豆、きゅうり、じゃが芋、人参、チーズ、 Mayo 果物 (バナナ) | | うずめ飯 鶏肉、ごぼう、人参、椎茸、里芋、生揚げ、ねぎ、刻みのみ なす入りつくね 鶏ミンチ、豆腐、なす、玉葱、おから、付) さつま芋 キャベツの酢の物 キャベツ、きゅうり、みかん、かまぼこ、ごま 果物 (りんご) 黒ゴマ焼きかりんとう 牛乳 | | 揚げパン 牛乳 | | 豚肉の天ぷら 豚肉、てんぷら粉、黒ゴマ、付) 大根のはちみつ漬け じゃこ和え キャベツ、きゅうり、人参、じゃこ とろみ汁 厚揚げ、人参、玉葱、ねぎ 菓子 牛乳 | | さばの梅煮 さば、梅干し きんぴらごぼう ごぼう、人参、糸こんにゃく、長天、いんげん、ごま わかめのすまし汁 わかめ、玉葱、もやし、ねぎ フルーツヨーグルト | | 秋の香りごはん 鶏肉、しらす、しめじ、さつま芋、人参、絹さや 小松菜のゴマ酢和え 小松菜、人参、ごま 味噌汁 豆腐、玉葱、わかめ、ねぎ 菓子 牛乳 | |
| 25 | | 26 | | 27 | 誕生会 | 28 | | 29 | | 30 | 芋ほり会(年長) |
| けんちんうどん 鶏肉、玉葱、人参、油揚げ、かまぼこ、ねぎ いんげんのツナ和え いんげん、人参、ツナ カリカリいりこ おかずいりこ、ごま 果物 (りんご) 五平餅 チーズ | | バトウの磯辺揚げ バトウ、てんぷら粉、青のり、付) トマト 小松菜のナムル 小松菜、人参、コーン、ハム、ごま 味噌汁 さつま芋、玉葱、ねぎ 菓子 牛乳 | | わかめごはん パンプキングラタン 鶏肉、かぼちゃ、玉葱、ほうれん草、しめじ、牛乳、チーズ 菜果サラダ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン 春雨スープ 果物&ゼリー スイートポテト 牛乳 | | きのこの麻婆豆腐 豆腐、合ミンチ、えのき、エリンギ、玉葱、人参、椎茸、ねぎ 切干大根の梅肉和え 切干大根、きゅうり、人参、梅干し、かつお節 かきたま汁 卵、玉葱、じゃが芋、ねぎ かぼちゃパイ 牛乳 | | 鮭の照り焼き 鮭、付) いんげん ごま和え キャベツ、人参、小松菜、ごま 押麦スープ 押麦、人参、玉葱、しめじ、春雨、ベーコン、パセリ 人参のパンテーニ 牛乳 | | 牛飯 牛肉、ごぼう、人参、絹さや 秋の香りなます 柿、きゅうり、大根、わかめ、春雨 五目味噌汁 豆腐、玉葱、人参、油揚げ、ねぎ 菓子 牛乳 | |

※未満児は9時半頃に牛乳を飲みます

※都合により、献立が変更になる場合があります