

10の献立表

令和4年10月 つくし保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%; border: 2px solid red; padding: 5px;"> <h2 style="text-align: center;">お楽しみ会</h2> <p>7月にできなかった、お楽しみ会を卒園児も招待して行います。年長さんの最初から出来上がりまで、自分たちで作りたいというリクエストからホットプレートでパエリアと2種類のパスタを作りたいと思います!(^^)! きっと美味しいお昼ごはんができるはず!!</p> </div> <div style="width: 45%; border: 2px solid purple; padding: 5px;"> <h2 style="text-align: center;">ゆかりふりかけづくり</h2> <p>ちゅうりっぷ組さんと一緒に梅干しと一緒に漬けたしそを干してぱりぱりにして、ゆかりふりかけを作りたいと思います。ぱりぱりになったしそを袋に入れて砕いて作ります。</p> </div> </div>					1
					ポロネーゼパスタ 合びき肉、玉葱、にんにく、 ツナコーンサラダ いんげん、コーン、ツナ ポテトスープ じゃが芋、玉葱、シメジ、パセリ 菓子 牛乳
3	4	5	6	7	8
ナスのミート スパゲティ 豚ひき肉、なす、玉ねぎ、人参 ホーレン草のツナ和え ほうれん草、人参、ツナ パンプキンポタージュ うらごしかぼちゃ、玉ねぎ、ベーコン 新米おにぎり はりはり漬け	鯖の竜田揚げ さば、しょうが、片栗粉 キャベツのじゃこ和え キャベツ、きゅうり、人参、じゃこ のっぺい汁 里芋、ごぼう、人参、大根 菓子 牛乳	カレーライス 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋 マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、キャベツ、人参 果物 フルーツヨーグルト	9月誕生会 ロールパン 秋のマカロニグラタン 鶏肉、さつまいも、しめじ、玉ねぎ ひじきサラダ ひじき、きゅうり、ツナ、コーン フルーツポンチ パナナ、バナナ、モモ缶、シャインマスカット カップモンブラン 牛乳	麦ご飯・果物 カレイの煮つけ カレイ、しょうが 付)インゲン ホーレン草のおかか和え ほうれん草、人参、かつお節 しめじのみそ汁 しめじ、玉ねぎ、人参 お好み焼き 牛乳	ミニ運動会 
10	11	12	13	14	15
祝日 	体操教室 なす入りつくね 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ 付)コーン 切干大根の甘酢和え 切干大根、きゅうり、ちりめんじゃこ えのきのみそ汁 えのき、玉ねぎ、わかめ 果物 梨のデザートピザ 牛乳	ふりかけごはん 白身魚の天ぷら パトウ 付)かぼちゃの天ぷら ひじきと大豆の煮物 ひじき、大豆、人参、いんげん わかめの澄まし汁 豆腐、玉ねぎ、わかめ 菓子 牛乳	黒米ごはん 鶏の照り焼き 鶏肉、しょう油、みりん、付)キャベツ 小松菜の磯和え 小松菜、キャベツ、人参、もみり なすのみそ汁 なす、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ ピザトースト 牛乳	鮭のチーズムニエル 鮭、小麦粉、粉チーズ 付)コーン コロコロサラダ かぼちゃ、大豆、きゅうり、人参 コーンスープ コーンクリーム、コーン、玉ねぎ 果物 栗のパウンドケーキ 牛乳	お楽しみ会 パエリア 玉葱、人参、コーン、エビ、ピーマン クリームパスタ ツナ、椎茸、玉葱、大葉 ナポリタン 玉葱、ウインナー、トマト、ピーマン レタスのスープ 菓子 牛乳
17	18	19	20	21	22
焼きそば 豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン ごぼうサラダ(酢) ごぼう、人参、きゅうり、ツナ、ごま わかめスープ わかめ、玉ねぎ、豆腐、ごま 果物 栗おこわおにぎり チーズ	青空ランチ 雑穀梅おにぎり 豆腐入り松風焼き 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、えのき ポテトサラダ じゃが芋、きゅうり、人参、レーズン ピンチョス ウインナー、パプリカ 果物 菓子 牛乳	牛飯 牛肉、ごぼう、人参、キヌサヤ キャベツのゆかり和え キャベツ、きゅうり、人参 ふのみそ汁 ふ、玉ねぎ、わかめ、大根 クリームジャムサンド 牛乳	カミカミday もち麦ご飯・果物 豚肉のゴマみそ焼き 豚肩ロース、みそ、ごま付)キャベツ 小松菜の梅肉和え 小松菜、もやし、人参、梅干し 豆腐のすまし汁 豆腐、人参、玉ねぎ、ねぎ サクサクチーズトマト 牛乳	ひじきご飯 ツナ、ひじき、人参、しめじ 厚揚げと昆布の 含め煮 厚揚げ、豚肉、刻み昆布 豆腐の味噌汁 豆腐、玉ねぎ、えのき、ネギ ふかし芋 牛乳	豚焼肉丼 豚肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン 春雨サラダ 春雨、胡瓜、人参、みかん缶 わかめスープ わかめ、白ネギ、ゴマ 菓子 牛乳
24	25	26	27	28	29
ちゃんぽん 豚肉、キャベツ、人参、もやし、ねぎ 里芋のおかか煮 里芋、いんげん、かつお節 納豆和え ひきわり納豆、ほうれん草、人参 鶏おぼろおにぎり チーズ	お弁当の日  <p>チャレンジボールウィークの日程によっては変更になる可能性があります</p> ドーナツ屋さん 牛乳	さつまいもご飯 さばの塩焼き さば、塩 キャベツのごま和え キャベツ、きゅうり、人参、ごま なめこのみそ汁 なめこ、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ お菓子 牛乳	ハヤシライス 牛肉、玉葱、人参、シメジ、ピース 菜果サラダ 白菜、胡瓜、パイン 果物 	鮭のフライ 鮭、パン粉 付)さつまいものフライ 酢味噌和え グロコリ、カリフラワー、かにかま コンソメスープ 玉ねぎ、人参、パセリ 果物 マロンパイ 牛乳	中華丼 豚肉、白菜、人参、干しシイタケ もやしのナムル もやし、きゅうり、コーン、ごま ニラスープ ニラ、もやし、豆腐 菓子 牛乳
31	ハロウィン  <p>今年もみんなで仮装して楽しくハロウィンパーティーを行います!(^^)! おやつにハロウィンの人形焼きを焼きます。お楽しみに!!</p> 				

※未満児は9時半ごろに牛乳を飲みます。 ※都合により献立が変更になる場合があります。