

# 献立表

2019/10月分

のしろこども園

日	曜	10時おやつ	給食	3時おやつ
1	火	牛乳	中華おこわ,味噌ポトフ,カッテージチーズサラダ	★ココア豆乳プリン
2	水	のむヨーグルト	玄米入りごはん,豚肉と大豆の磯煮,キャベツの即席漬け じゃこの佃煮	牛乳,★大学芋
3	木	牛乳	手作りふりかけごはん,鶏肉のマーマレード焼き スパサラダ,みそ汁	やさいジュース,せんべい
4	金	豆乳	ごはん,ホイコーロー,はるさめスープ,バナナ	牛乳,レーズン食パン
5	土		焼きそば,りんごジュース,チーズ	
7	月	アシドミルク	さつま芋ごはん,鶏肉の照り焼き,じゃこサラダ,みそ汁	牛乳,かぼちゃマフィン
8	火	牛乳	ミートソーススパゲティ,わかめフレンチ,大根スープ	★フルーツポンチ
9	水	オレンジジュース	玄米入りごはん,さばの味噌煮,ほうれん草の納豆和え すまし汁	いちごミルク,ビスケット
10	木	牛乳	ゆかりごはん,ひじき入り肉じゃが はるさめのごま酢和え,柿	やさいジュース,★豆乳もち
11	金	牛乳,バナナ	ごはん,肉団子,ブロッコリーのツナサラダ,みそ汁	ジョア,せんべい
12	土		ねぎとしょうがのうどん,ヨーグルト,小魚	
14	月	体育の日		
15	火	のむヨーグルト	ハヤシライス,醤油ドレッシング和え,チーズ	牛乳,★米粉黒糖蒸しパン
16	水	牛乳	玄米入りごはん,ちくわ磯辺揚げ,切り干しサラダ,芋汁	りんごヨーグルト ウエハース
17	木	アシドミルク	ごはん,すき焼き煮,ブロッコリーのごま酢和え,りんご	牛乳,パイ
18	金	牛乳	ごはん,チーズハンバーグ,大根サラダ,みそ汁	オレンジジュース,せんべい
19	土		みそラーメン,ぶどうヨーグルト,小魚	
21	月	豆乳,バナナ	玄米入りごはん,魚の煮つけ,千草和え,みそ汁	牛乳,★ジャムサンド
22	火	即位礼正殿の日		
23	水	牛乳	ごはん,鶏の竜田揚げ,和風サラダ,豆腐すまし汁	アシドミルク,ビスケット
24	木	牛乳	バターロール,きのこのマカロニグラタン ブロッコリーの塩ゆで,コーンスープ	お茶,★くりごはんおにぎり
25	金	やさいジュース	わかめごはん,江戸っ子煮,キャベツのツナ和え さつま芋のレモン煮	ももヨーグルト
26	土		和風スパゲティ,ジョア,小魚	
28	月	牛乳	玄米入りごはん,豚肉のソースマリネ,粉ふき芋 卵とわかめのスープ	豆乳,お米のタルト
29	火	オレンジジュース	キーマカレー,春雨サラダ,りんご	ココア,動物ホットケーキ
30	水	アシドミルク	ごはん,魚の甘酢ソース,切り干し大根のマヨネーズ和え みそ汁	★フルーチェ
31	木	やさいジュース チーズ	ごはん,かぼちゃ型ハンバーグ,パンプキンシチュー 野菜の磯和え	牛乳,パンプキンババロア

29日は誕生会です。  
★は手作りおやつです。