

十月

献立表

赤池保育所

日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前	午後
1 月	カレー ツナとキノコのサラダ VPで卵	豚、人参、玉葱、じゃが芋、卵、胡瓜	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
2 火	南仏のそばろ煮 伊三絲 細豆	とろろ汁、人参、南仏、春雨、南仏	牛乳 チーズ	牛乳 おかレ
3 水	魚のフライ 豆腐のおみじ ずのもの	魚、豆、キノコ、人参、レタス、若布	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
4 木	親子焼き <small>カレースープ 人参の春雨炒め</small>	とろろ汁、人参、ニラ、卵、春雨	牛乳 リンゴ	牛乳 フライドポテト
5 金	愛知大学芋 <small>沢庵の味和元</small>	大豆、つぼ芋、豚、もやし、ばら、葱	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
6 土	八宝菜 キューサ	豚、人参、たけのこ、かまぼこ、しいたけ	牛乳 バナナ	牛乳 おかレ
8 月	ミートソースいん <small>干草和元 レタスマイ</small>	スキムミルク、人参、しいたけ、あけ	牛乳 おかレ	牛乳 黒糖むしパン
9 火	肉じゃが 汁 甘酢和元	豚、えのび、若布、米コシ、胡瓜	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
10 水	魚のカーおび <small>もやしスープ ツナと若布のずのもの</small>	もやし、とろろ汁、人参、ツナ、コーン	牛乳 リンゴ	牛乳 おかレ
11 木	春キノコのパンチ <small>コンソメスープ じゃがいもポテト</small>	ピーコシ、キノコ、ニンニク、ブロッコリー	牛乳 バナナ	牛乳 カルピス 若布
12 金	豆腐のネギおび <small>玉葱のおみじ 厚揚げのソテー</small>	とろろ汁、人参、納豆、玉葱、葱	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
13 土	炊き込み <small>かまぼこ汁</small>	豚、卵、もやし、かまぼこ、キノコ	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
15 月	ハヤシ汁 <small>コーンスロー VPで卵</small>	豚、人参、じゃが芋、キノコ、卵	牛乳 チーズ	牛乳 パンケーキ
16 火	豚肉トリ金平 <small>卵スープ 小松菜の和元</small>	豚、こんにゃく、小松菜、人参、じゃが芋	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
17 水	すりの五色あげ <small>コンソメスープ 卵炒め和元</small>	すりお、ニラ、卵、キノコ、ごぼう	牛乳 リンゴ	牛乳 ポップコーン
18 木	レバーの甘辛煮 <small>かに卵スープ ちくわのソテー</small>	レバー、ちくわ、ちくわ、かにかま、人参	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
19 金	揚げビーフン 若布スープ 煮豆	豚、人参、若布、卵、ほうたん草、玉葱	牛乳 おかレ	牛乳 苺ゼリー
20 土	マーボ豆腐 <small>ごまサラダ</small>	豚ミンチ、ニンニク、キノコ、ハム	牛乳 バナナ	牛乳 おかレ
22 月	とろろ汁 <small>切り大根煮、ウインナー</small>	とろろ汁、切り大根、天ぷら、人参	牛乳 リンゴ	牛乳 おび 200g
23 火	愛情弁当の日 ☺	＊ お弁当の持ち帰りに よろしくお願ひします	牛乳 おかレ	牛乳 デュレツ フルーツ
24 水	鯖のレモン煮 <small>キノコのおみじ スパゲティサラダ</small>	魚、ハム、キノコ、胡瓜、レモン	牛乳 チーズ	牛乳 おかレ
25 木	とりのマスコット焼き <small>ポテト ニラコンソメ和元</small>	とりもも、人参、じゃが芋、ニラ、もやし	牛乳 おかレ	牛乳 豆腐バナナ
26 金	お誕生会 ☺	＊ 赤飯、からあげ、和風スープ、早さし	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
27 土	揚げ卵の春雨スープ 芋	卵、豚、つぼ芋、春雨、エビ、白菜	牛乳 おかレ	牛乳 おかレ
30 火	酢豚 <small>もやしスープ</small> ナムル	豚、人参、もやし、もやし、ほうたん草	牛乳 おかレ	牛乳 ラス



食事目標

食事マナーを身につけて
楽しい雰囲気の中で
友だちと
おいしく食べよう。

ご入園、ご進級
おめでとうございます☺

新しい環境の中での生活がはじまりました。
毎日元気にあそぶための第一歩は
朝ごはんを食べることです！
朝ごはんをしっかりと食べて
一日をスタートさせましょう☺

