

# 2021年度10月の献立表

◎都合により献立が変わることがあります。

高鷲保育園

日 ／ 曜	献立名	午前のおやつ(乳児のみ)
		午後のおやつ
01 (金)	ミックスピラフ チキンピーンズ ブロッコリーのマリネ	ポテトフライ がんばってねクッキー 豆乳(ココア)
04 (月)	さつま芋ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き ひじきの白和え 白菜と舞茸のみそ汁	ポテトフライ わらび餅 牛乳
05 (火)	サバの塩焼き(0才:サワラ) 里芋と根菜の煮物 豆腐と小松菜のみそ汁 ごはん	レーズン スイートポテト 牛乳
06 (水)	和風ミートローフ きゅうりともやしのゆかり和え キャベツとしめじのみそ汁 ごはん	蒸し芋 かぼちゃの大学いも風 豆乳(ココア)
07 (木)	ハヤシライス エビとツナの和風サラダ トマト	レーズン 小豆の蒸しパン 牛乳
08 (金)	【絵本給食:やまこえのこえかわこえて】 おいなりご飯(こあら:いなり寿司) 肉じゃが はるさめの酢の物	にんじんせんべい 焼きうどん 牛乳
09 (土)	ビビンバ 韓国風スープ	梨 きな粉棒 みかん
11 (月)	味噌煮込みうどん ひじきのごま酢和え	レーズン 新米おにぎり のりの佃煮 牛乳
12 (火)	【絵本給食:誕生会メニュー】 五目寿司 鶏肉のから揚げ さつま芋のレモン煮 豆腐と三つ葉の赤だし	蒸し芋 かぼちゃのお焼き フルーツゼリー 豆乳(きな粉)
13 (水)	中華丼 わかめサラダ ミニごまめ(完了:タイの煮物)	にんじんせんべい 米粉の黒ごまクッキー 柿 豆乳(ココア)
14 (木)	豚肉の生姜焼き 白菜のすだち和え かぼちゃと茄子のみそ汁 ごはん	ポテトフライ きな粉芋 牛乳
15 (金)	タンドリーチキン(完了:塩焼き) おから入りポテトサラダ キャベツの和風スープ ごはん	レーズン 黒糖ロール みかん 牛乳
16 (土)	牛ごぼう丼 さつま芋と大根のみそ汁	リンゴ おからクッキー
18 (月)	さつま芋ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き ひじきの白和え 白菜と舞茸のみそ汁	ポテトフライ 黒糖わらび餅 牛乳
19 (火)	サバの塩焼き(0才:サワラ) 里芋と根菜の煮物 豆腐と小松菜のみそ汁 ごはん	レーズン 【和菓子の日】 もなか 豆乳(きな粉)
20 (水)	和風ミートローフ きゅうりともやしのゆかり和え キャベツとしめじのみそ汁 ごはん	干し芋 焼きおにぎり かりかり煮干し(完了:提供無し)
21 (木)	【絵本給食:ちいさなたまねぎさん】 玉ねぎの丸ごと焼き ハヤシライス エビとツナの和風サラダ	レーズン フルーツポンチ 牛乳
22 (金)	納豆ごはん 肉じゃが はるさめの酢の物	にんじんせんべい 炒めビーフン 牛乳
23 (土)	ビビンバ 韓国風スープ	リンゴ 焼き芋
25 (月)	味噌煮込みうどん ひじきのごま酢和え	レーズン さつまいものおこわ 牛乳
26 (火)	鮭のちゃんちゃん焼き 白菜ときゅうりのおかか和え 若布としめじのみそ汁 ごはん	ポテトフライ じゃがもち 牛乳
27 (水)	☆ ラッキー人参デ 中華丼 わかめサラダ ミニごまめ(完了:タイの煮物)	干し芋 米粉のおから入りクッキー みかん 豆乳(きな粉)
28 (木)	豚肉の生姜焼き 白菜のすだち和え かぼちゃと茄子のみそ汁 ごはん	レーズン いちごのマーブル蒸しパン 牛乳
29 (金)	タンドリーチキン(完了:塩焼き) おから入りポテトサラダ キャベツの和風スープ ごはん 【焼き芋パーティ】 焼き芋	にんじんせんべい かぼちゃようかん 牛乳
30 (土)	牛ごぼう丼 さつま芋と大根のみそ汁	リンゴ きな粉棒 みかん