



2021年10月のお給食



認定こども園

聖ヶ丘保育園こども未来学舎

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
1	15	金 とんかつ 和風サラダ すまし汁 ご飯	豚肉、卵、食塩、小麦粉、パン粉、なたね油、ウスターソース、ケチャップ、本みりん キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ味付缶、しょうゆ、米酢、砂糖、なたね油、食塩 しいたけ、木綿豆腐、たまねぎ、みつば、かまぼこ、カットわかめ、しょうゆ(うすくち)、かつお・昆布だし汁 米	ツナトースト 食パン、ツナ油漬缶、マヨネーズ、米酢、コーン(冷凍)、パセリ粉 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
2	30	土 えびピラフ スープ 柿	米、しばえび、たまねぎ、にんじん、ピーマン、とうもろこし、マッシュルーム缶、洋風だしの素、バター、食塩、なたね油 じゃがいも、はくさい、エリンギ、生揚げ、みずな、洋風だしの素、食塩 かき	お菓子
4	18	月 きのこカレー フルーツヨーグルト	米、牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、しいたけ、エリンギ、マッシュルーム、いんげんまめ、カレールウ、洋風だしの素、ウスターソース、ケチャップ、油 脱脂粉乳、水、生クリーム、砂糖、みかん缶、もも缶、バナナ	きなこ大福(さつまいも餡) 白玉粉、砂糖、水、さつまいも、三温糖、食塩、豆乳、きな粉 牛乳 牛乳
5	19	火 千草焼き 柿生酢 金時豆の甘煮 味噌汁 ご飯	卵、ひじき、ほうれんそう、にんじん、干しいたけ、かつお・昆布だし汁、水、砂糖、しょうゆ(うすくち)、食塩 だいこん、かき、酢、砂糖、食塩、昆布だし汁 いんげんまめ(乾)、砂糖 はくさい、たまねぎ、葉ねぎ、焼ふ、みみそ(淡色辛みそ)、かつお・昆布だし汁 米	チーズケーキ クリームチーズ、小麦粉、砂糖、卵、生クリーム、ベーキングパウダー ミルク 牛乳
6	20	水 さわらのねぎ味噌焼き 切干大根の煮物 すまし汁 さつまいもご飯	さわら、酒、ねぎ、みみそ、白みそ、本みりん、砂糖 切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、板こんにやく、かつお・昆布だし汁、砂糖、本みりん、しょうゆ カットわかめ、かまぼこ、たまねぎ、えのきたけ、みつば、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 米、さつまいも、食塩、黒ごま	バターサブレ 小麦粉、砂糖、無塩バター ミルク 脱脂粉乳、砂糖
7	21	木 ポークビーンズ サラダ スープ ご飯	豚肉、大豆水煮缶、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、グリーンピース、なたね油、洋風だしの素、砂糖、ケチャップ、ウスターソース、ワイン(赤) キャベツ、赤ピーマン、きゅうり、とうもろこし、ツナ油漬缶、砂糖、米酢、食塩、油 こまつな、しめじ、凍り豆腐、洋風だしの素、食塩 米	まんじゅう(かぼちゃ) 小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、水、かぼちゃ、砂糖 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
8	22	金 竜田揚げ 煮びたし 味噌汁 ご飯	鶏もも肉、食塩、しょうが、酒、片栗粉、なたね油 ほうれんそう、油揚げ、しいたけ、にんじん、本みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 さつまいも、生揚げ、えのきたけ、カットわかめ、みみそ、かつお・昆布だし汁 米	栗蒸しようかん くりの甘露煮、こしあん(生)、小麦粉、片栗粉、砂糖、食塩、水 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
9	23	土 焼きそば 味噌汁 りんご	焼きそばめん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、中濃ソース、食塩、あおのり 生揚げ、なめこ、葉ねぎ、カットわかめ、みみそ、かつお・昆布だし汁 りんご	お菓子
11	25	月 チキンライス スープ 梨	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース、マッシュルーム、ケチャップ、洋風だしの素、食塩、なたね油 ごぼう、ひよこまめ、こまつな、にんじん、ベーコン、洋風だしの素、食塩 なし	スイートポテト さつまいも、砂糖、バター、牛乳、黒ごま 牛乳 牛乳
12	26	火 肉団子の煮物 おかか和え ゆでたまご ご飯	豚ひき肉、しょうが、葉ねぎ、はくさい、にんじん、しいたけ、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、本みりん、酒 キャベツ、ちくわ、にんじん、かつお節、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 卵、食塩 米	米粉蒸しパン(栗) 小麦粉、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、脱脂粉乳、水、油、くりの甘露煮 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
13		水 マーボー丼 中華スープ バナナ	米、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、にら、しょうが、にんにく、淡色みそ、赤みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、中華だしの素、ごま油、水 しいたけ、緑豆もやし、ねぎ、砂糖、中華だしの素、しょうゆ、食塩、酒、ごま油 バナナ	おにぎり(きのこベーコンしそ) 米、エリンギ、ベーコン、しそ、食塩
14	28	木 カレイのやさいあんかけ 春雨サラダ 中華スープ ご飯	かれい、食塩、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ピーマン、しょうが、中華だしの素、食塩、酒、片栗粉、ごま油、水 はるさめ、緑豆もやし、黒きくらげ、みずな、かにかまぼこ、米酢、砂糖、しょうゆ、鳥がらだし汁、ごま油 チンゲンサイ、えのきたけ、みずな、中華だしの素、食塩 米	アップルパイ りんご、グラニュー糖、レモン果汁、パイ皮 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
お誕生 日会	27	水 パンブキンシチュー コールスローサラダ サンドイッチ 季節の果物	豚肉、かぼちゃ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、ブロッコリー、油、洋風だしの素、シチューミックスクリーム、生クリーム キャベツ、にんじん、きゅうり、りんご、マヨネーズ、米酢、砂糖、食塩 コッペン、卵、マヨネーズ、酢、食塩、パセリ粉	モンブラン ゆでり、牛乳、砂糖、バニラエッセンス、ホイップクリーム、小麦粉、卵、砂糖、油、脱脂粉乳、水 ミルク 脱脂粉乳、砂糖
	29	金 ラーメン とりの唐揚げ・ブロッコリー ☆おたのしみメニュー☆	生中華めん、もやし、ほうれんそう、にんじん、コーン、焼きのり、なると、カットわかめ、油、中華だしの素、しょうゆ、食塩、水 鶏もも肉、にんにく、しょうが、本みりん、しょうゆ、酒、片栗粉、なたね油、ブロッコリー	おにぎり(きのこベーコンしそ) 米、エリンギ、ベーコン、しそ、食塩



☆今月の新メニュー☆

※食材は変更する可能性があります

《給食》 5, 19日→柿生酢 12, 26日→肉団子の煮物 27日→サンドイッチ 29日→ラーメン

《おやつ》 7, 21日→まんじゅう(かぼちゃ) 8, 22日→栗蒸しようかん 12, 26日→米粉むしぱん(栗) 13, 29日→おにぎり(きのこベーコンしそ) 14, 28日→アップルパイ 27日→モンブラン

★給食室の今月のお楽しみメニュー★

「ラーメン」です！ほうれん草をトッピングすることでビタミンA、B1、B2、鉄分など、育ち盛りの子どもに不足しがちな栄養素を補います🍜

