

10月のこんだて

【新庄保育園】

日付	曜日	朝間食	昼食	主な材料と体内での働き			昼間食
				主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	
1	金	牛乳 ビスケット	ごはん ローストチキン 切り干し大根のごまペース パイナップル	米 白ごま・すりごま・エッグケアマヨ	鶏肉	玉葱 切干大根・グリーンピース・コーン パイナップル	牛乳 オレンジゼリー
2	土	牛乳 白い風船	焼肉丼 グレープフルーツ	米・キャノーラ油	豚肉	キャベツ・玉葱・人参・もやし グレープフルーツ	牛乳 ソフトせんべい
4	月	牛乳 マンナウエハース	ごはん メンチカツ ソース ひじきの炒め煮 オレンジ	米 キャノーラ油 キャノーラ油	メンチカツ	ひじき・人参・枝豆 オレンジ	牛乳 マリー風ビスケット
5	火	牛乳 ミニサラダ醤油 ●アンパンマンせんべい	ごはん 豚肉の生姜焼 胡瓜の酢の物 パイナップル	米 キャノーラ油	豚肉	玉葱・人参 きゅうり・わかめ・人参 パイナップル	牛乳 フルーツヨーグルト
6	水	牛乳 ビスコ	食パン 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーサラダ バナナ	食パン じゃが芋・キャノーラ油 エッグケアマヨ	鶏肉	玉葱・人参・パセリ ブロッコリー・人参 バナナ	※お茶 さつねおにぎり
7	木	牛乳 ビスケット	ごはん 千草焼 小松菜のお浸し りんご	米 キャノーラ油	卵・シーチキン かつおぶし	玉葱・赤ピーマン・干しいたけ・インゲン 小松菜・人参 りんご	牛乳 ココアパウンドケーキ
8	金	牛乳 マンナビスケット	ごはん 鯉の蒲焼風 白菜と麩の煮物 味噌汁 グレープフルーツ	米 麩	アジ 木綿豆腐	白菜・人参・きぬさや ほうれん草 グレープフルーツ	牛乳 豆乳くずもち
9	土	牛乳 せんべい ●ハイハイ	焼きそば オレンジ	焼きそば・キャノーラ油	豚肉	キャベツ・玉葱・人参・もやし・あおさ粉 オレンジ	牛乳 クラッカー
11	月	牛乳 ソフトせんべい	ごはん 鶏むね肉のみそマヨ焼き 高野の巻め煮 すまし汁 りんご	米 エッグケアマヨ 麩	鶏ムネ 高野豆腐	人参・きぬさや わかめ りんご	牛乳 きなこクリームクラッカー
12	火	牛乳 アスバラガス ●マンナウエハース	ごはん とんてき ほうれん草のおかか和え 味噌汁 オレンジ	米	豚ロース かつおぶし きざみあげ	ほうれん草・人参 玉葱 オレンジ	牛乳 サブレ
13	水	牛乳 カルシウムせんべい	玄米ごはん カレイの天ぷら 花野菜サラダ パイナップル	米・玄米 キャノーラ油 エッグケアマヨ	カレイ	ブロッコリー・カリフラワー・コーン パイナップル	牛乳 さつまいものおやき (あん)
14	木	牛乳 聖だべよ	煮込みうどん 南瓜の煮物 バナナ	うどん	きざみあげ・かまぼこ	玉葱・人参・青葱 南瓜・きぬさや バナナ	※お茶 昆布すずび
15	金	牛乳 えび巻月 ●かぼちゃクッキー	ごはん 鶏肉の酢醤油焼き 金平れんこん オレンジ	米 キャノーラ油	鶏肉	れんこん・人参・インゲン オレンジ	牛乳 ハインゼリー
16	土	牛乳 ほたけ焼き ●アンパンマンせんべい	麻婆豆腐丼 りんご	米・キャノーラ油	木綿豆腐・豚肉・大豆たんぱく	玉葱・人参 りんご	牛乳 せんべい ●チーズスティック
18	月	牛乳 ビスケット	ごはん 豚肉の磯辺焼き ソース 切り干し大根の煮物 パイナップル	米	豚ロース さつまいも	あおさ粉 切干大根・人参・インゲン パイナップル	牛乳 きなこスコーン
19	火	牛乳 白い風船	ごはん カレーライス マカロニサラダ りんご	米 じゃが芋・キャノーラ油 マカロニ・エッグケアマヨ	鶏肉	玉葱・人参 人参・グリーンピース りんご	牛乳 フレンチトースト
20	水	牛乳 マンナウエハース	ごはん 洋風玉子焼き ケチャップソース 青梗菜のナムル スープ バナナ	米 キャノーラ油 ごま油	卵・魚肉ソーセージ	玉葱・ピーマン・赤ピーマン チンゲン菜・人参 玉葱・コーン バナナ	牛乳 おからだんご
21	木	牛乳 ミニサラダ醤油 ●ハイハイ	ごはん 鯉の甘辛煮 いんげんのごま和え 味噌汁 オレンジ	米 すりごま	さば きざみあげ	生姜 インゲン・人参 わかめ オレンジ	牛乳 ビーチゼリー
22	金	牛乳 ビスコ	ごはん 鶏肉のマヨポン焼き 白菜の煮浸し りんご	米 キャノーラ油・白ごま・エッグケアマヨ	鶏ムネ ちくわ	パセリ 白菜・人参 りんご	牛乳 マーブルクッキー
23	土	牛乳 ビスケット	チャンボン風ラーメン グレープフルーツ	ラーメン・キャノーラ油	豚肉・かまぼこ	キャベツ・もやし・人参 グレープフルーツ	牛乳 マンナビスケット
25	月	牛乳 せんべい ●チーズスティック	ごはん 豚肉のカレー風味焼き 切り昆布の煮物 オレンジ	米 ごま油	豚ロース さつまいも	きざみ昆布・人参 オレンジ	牛乳 甘辛いりご 麩のラスク ●いりご×ラスク増量
26	火	牛乳 クラッカー	ごはん 五目いり豆腐 小松菜のツナ和え バナナ	米 キャノーラ油	木綿豆腐・ちくわ シーチキン	玉葱・キャベツ・人参・インゲン 小松菜・人参 バナナ	牛乳 スイートポテト
27	水	牛乳 ソフトせんべい	ごはん 鯉の西京焼き 香商の酢の物 すまし汁 りんご	米 香商 麩	さわら	人参・木くらげ わかめ りんご	牛乳 クラッカーサンド
28	木	牛乳 アスバラガス ●アンパンマンせんべい	ごはん 鶏肉のオーロラ焼き ポテトサラダ グレープフルーツ	米 エッグケアマヨ じゃが芋・エッグケアマヨ	鶏肉	枝豆・人参 グレープフルーツ	牛乳 グレーゼリー
29	金	牛乳 カルシウムせんべい	☆ハロウィン☆ ロールパン マーマレード 照り焼きハンバーグ 付け合せ 南瓜のクリームスープ パイナップル	ロールパン キャノーラ油	ハンバーグ ベーコン	マーマレード ブロッコリー 南瓜・しめじ水煮・玉葱・人参・パセリ パイナップル	牛乳 くりとぐらのカステラ風
30	土	牛乳 聖だべよ	鶏こぼろ丼 オレンジ	米	鶏肉	こぼろ・玉葱・人参 オレンジ	牛乳 ビスケット

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

(お知らせ)

- ◇ 21日はさくら・どんぐり組はお弁当の日です。
- ◇ 25日はかえで組はお弁当の日です。
- ◇ 26日はあさがお組はお弁当の日です。
- ★ 29日はハロウィンメニューを提供します。
- 完了期食は揚げ物、昼食に提供するフルーツの缶詰、いりごそのものは使用しません。
- 印は完了期替え食です。



ウオクニ株式会社

当社における食品の安全・安心、および健康に関する取り組みはホームページに掲載しています。
http://www.uokuni.co.jp/