

令和3年10月の献立予定表

なるにつこ認定こども園

泉南市健康子ども部保育子ども課

日	曜	献立名	食品名	3時の間食
1 15	金	八宝菜 甘酢和え・もずくスープ	(豚肉、白菜、たまねぎ、ピーマン、生しいたけ、にんじん、チンゲン菜、たけのこ水煮、片栗粉) (春雨、きゅうり、にんじん)(もずく、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、わかめ)	菓子 牛乳
2 16	土	鶏丼 煮浸し・すまし汁	(鶏肉、たまねぎ、にんじん、椎茸) (キャベツ、にんじん)(さつまいも、たまねぎ、えのき、ねぎ)	菓子 牛乳
4 18	月	鯖のカレー焼き・温キャベツ 白和え・味噌汁	(生鯖、片栗粉、カレー粉)(キャベツ) (木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、すりごま)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油揚げ、味噌)	ヨーグルト 菓子
5 19	火	キャベツのメンチカツ・付け合わせ ひじき煮・味噌汁	(キャベツ、豚挽肉、小麦粉、パン粉)(ブロッコリー) (ひじき、にんじん、油揚げ、ピーマン)(木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、味噌)	菓子 牛乳
6 20	水	煮魚・味噌汁 きんぴらごぼう	(赤魚)(さといも、たまねぎ、にんじん、小松菜、味噌) 〈小麦粉、豆乳、いちごジャム〉 (ごぼう、にんじん、ピーマン、糸こんにゃく)	いちご蒸しパン 牛乳
7 21	木	姫路おでん おかか和え・味噌汁	(鶏肉、厚揚げ、糸こんにゃく、にんじん、だいこん、じゃがいも、土しやが) (ホットケーキミックス、マーガリン、豆乳、かぼちゃ) (白菜、きゅうり、にんじん、かつお節)(なめこ、たまねぎ、にんじん、油揚げ、味噌)	かぼちゃドーナツ 牛乳
8 22	金	ジャージャー麺 コールスロー	(うどん玉、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、きゅうり、椎茸、ねぎ、赤味噌、片栗粉) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コーンドレッシング) (小麦粉、マーガリン、豆乳、国産りんご、国産レモン)	焼きりんごケーキ 牛乳
9 23	土	チキンピラフ 野菜スープ・果物	(鶏肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン缶) (かぼちゃ、レタス、たまねぎ、豆苗)(バナナ)	菓子 牛乳
11 25	月	ポークビーンズ もみ漬け・味噌汁	(豚肉、大豆水煮、ホールトマト缶、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、ケチャップ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(冬瓜、たまねぎ、にんじん、小松菜、油揚げ、味噌)	菓子 飲むヨーグルト
12 26	火	かば焼き丼 高野豆腐の含め煮・味噌汁	(あなご、土しやが、片栗粉) 〈柿〉 (高野豆腐、にんじん、生しいたけ)(さつまいも、たまねぎ、白菜、にんじん、ほうれん草、味噌)	果物・菓子 牛乳
13 27	水	落とし揚げがんと・温キャベツ にんじんしりしり・味噌汁	(絹ごし豆腐、豚挽肉、ひじき、にんじん、片栗粉)(キャベツ) 〈100%りんごジュース、アガー〉 (にんじん、ニラ、鶏ささみ)(だいこん、たまねぎ、にんじん、豆苗、味噌)	手づくりりんごゼリー 菓子
14 28	木	鮭グラタン 冬瓜のそぼろ煮・春雨スープ	(生鮭、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、豆乳、シチュールウ) (冬瓜、豚挽肉、にんじん)(春雨、たまねぎ、レタス、にんじん) 〈ごはん、味噌〉	味噌焼きおにぎり お茶
29	金	ハンバーグ・付け合わせ ポテトサラダ・味噌汁	(ハロウィンハンバーグ)(ブロッコリー、にんじん) 〈小麦粉、かぼちゃ、マーガリン、豆乳、純ココア〉 (じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、コーンドレッシング)(豆腐、キャベツ、たまねぎ、小松菜、味噌)	ハロウィンクッキー 牛乳
30	土	そぼろ丼 煮浸し・すまし汁	(豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ) (白菜、にんじん)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、えのき)	菓子 牛乳