

令和4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	土	中華風丼 煮浸し・すまし汁	(豚肉、白菜、たまねぎ、にんじん、椎茸、チンゲン菜、片栗粉) (キャベツ、にんじん)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ)	菓子 牛乳
3 17	月	落とし揚げがんも・温キャベツ もみ漬け・味噌汁	(絹ごし豆腐、鶏挽肉、ひじき、にんじん、片栗粉)(キャベツ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜、味噌)	菓子 牛乳
4 18	火	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、豆腐、たまねぎ、にんじん、豆苗)(小麦粉、豆乳、マーガリン、国産レモン)	レモンケーキ 牛乳
5 19	水	鯖のカレー焼き・温キャベツ にんじんしりしり・味噌汁	(生鯖、片栗粉、カレー粉)(キャベツ) (ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、マーガリン、かぼちゃ、純ココア) (にんじん、豆苗、鶏ささみ)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、チンゲン菜、味噌)	手作りスコーン 牛乳
6 20	木	姫路おでん おかか和え・味噌汁	(鶏肉、厚揚げ、板こんにゃく、にんじん、だいこん、じゃがいも、土しょうが) (白菜、きゅうり、にんじん、かつお節)(豆腐、キャベツ、たまねぎ、ほうれん草、味噌)	ヨーグルト 菓子
7 21	金	鮭と白菜の豆乳煮 ごま和え・味噌汁	(生鮭、白菜、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、豆乳)(食パン、こしあん、マーガリン) (小松菜、きゅうり、にんじん、すりごま)(冬瓜、たまねぎ、にんじん、油揚げ、味噌)	あんバターサンド 牛乳
8 22	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)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、ほうれん草)	菓子 牛乳
24	月	かばやき丼 ゆかり和え・味噌汁	(さんま、土しょうが、片栗粉) (柿) (もやし、きゅうり、にんじん、ゆかり)(なめこ、白菜、たまねぎ、にんじん、油揚げ、味噌)	果物・菓子 飲むヨーグルト
11 25	火	かぼちゃコロッケ・温キャベツ ひじき煮・春雨スープ	(かぼちゃ、じゃがいも、豚挽肉、たまねぎ、エリンギ、小麦粉、パン粉)(キャベツ) (さつまいも、小麦粉、豆乳) (ひじき、にんじん、糸こんにゃく、ピーマン)(春雨、豆腐、たまねぎ、にんじん、豆苗)	さつまいも蒸しパン 牛乳
12 26	水	煮魚・味噌汁 炒めビーフン	(赤魚)(さつまいも、切干大根、たまねぎ、にんじん、小松菜、味噌) (ビーフン、油揚げ、生しいたけ、にんじん、土しょうが)	国産みかんゼリー 菓子
13 27	木	五目うどん キャベツ炒め・果物	(うどん玉、鶏肉、白菜、にんじん、椎茸、油揚げ、ねぎ) (キャベツ、にんじん、鶏ささみ)(バナナ) (ホットケーキミックス、かぼちゃ、豆乳)	かぼちゃマフィン 牛乳
14 28	金	キーマカレー コールスロー	(大豆水煮、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、エリンギ、カレールウ) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コールスロードレッシング)(ごはん、鶏肉、ごぼう、にんじん)	鶏飯おにぎり お茶
15 29	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) (マカロニ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、チンゲン菜、豆乳)(国産りんご)	菓子 牛乳
31	月	ハロウィンバーグ・付け合わせ かぼちゃサラダ・味噌汁	(かぼちゃ型ハンバーグ)(ブロッコリー、にんじん、じゃがいも)(小麦粉、豆乳、マーガリン、純ココア) (かぼちゃ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コーンドレッシング)(さといも、たまねぎ、にんじん、小松菜、味噌)	ハロウィンクッキー 牛乳