



ぱくぱく

平成29年度 10月

☆お知らせ☆

- 給食に取り入れた旬の食材は・・・『さけ・さんま・きのこ類・さつまいも・里芋・チンゲン菜・りんご・なし・柿』です。
- 3歳未満月は11日・25日が味付きご飯です。その他の日は白ご飯になっています。
- 31日はお弁当箱におかずを詰めます。3歳以上用はおにぎりをお弁当箱に入れてきて下さい。

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとりた食物	
		3才未満児朝おやつ	おひるのきゅうしょく	みんなのおやつ	エネルギーになるもの(きいろ)	ちやにくになるもの(あか)	びょうきをやっつけるもの(みどり)		
2	月	バナナ	ふたにくのうめみそいため レタス パンサンスー パイン缶	くろまめマフィン	マヨネーズ あぶら はるさめ さとう ごまあぶら ごま	ふたにく みそ ハム	うめほし にんじん さやいんげん レタス きゅうり パイン缶	魚類 野菜類	
3	火	やきそば	キッシュ ツナごまきゅうり きりほしだいこんのためにもも缶	オレンジゼリー	ごま ごまあぶら あぶら	たまご チーズ クリーム ベーコン スキムミルク ツナ さつまあげ	ブロッコリー たまねぎ にんじん きゅうり きりほしだいこん ねぎ もも缶	大豆製品 海藻類	
4	水	ラスク	さかなのてりやき ゆでえだまめ しらあえ バナナ	おちゃクッキー	ごま さとう マヨネーズ	さけ とうふ みそ	えだまめ ほうれんそう にんじん バナナ	肉類 野菜類	
5	木	かぼちゃの チーズやき	にくじゃが ひじきのサラダ グレープフルーツ	きなこむしぱん	じゃがいも あぶら さとう ごま マヨネーズ	ふたひきにく かにかま	にんじん たまねぎ さやいんげん しらたき ひじき きゅうり とうもろこし グレープフルーツ	卵類 きのこと類	
6	金	マカロニの あべかわ	コーンフレークチキン レタス ちんげんさいとふたにくのみそいため みかん缶	チョコパン	マヨネーズ コーンフレーク ばんこ あぶら さとう	とりにく ふたにく みそ	レタス ちんげんさい にんじん たまねぎ しょうが みかん缶	大豆製品 海藻類	
10	火	フルーチェ	とりにくのしょうがいため レタス マカロニサラダ りんご	ブリッツ	あぶら マカロニ マヨネーズ	とりにく ハム たまご	しょうが レタス たまねぎ きゅうり にんじん りんご	きのこ類 野菜類	
11	水	ジャムサンド	ふわふわじる ばいにくれんこん エリンギとベーコンのソテー パイン缶 (3未: 青菜ご飯)	とうにゅうバナナコッタ	なかいも かたくりこ ごま マヨネーズ バター	たまご とうふ ツナ ベーコン	たまねぎ にんじん わかめ ねぎ れんこん うめほし エリンギ ほうれんそう パイン缶	魚類 野菜類	
12	木	ミルクきなこもち	チキンチキンごぼう わふうサラダ みかん缶	まきまきウインナー	かたくりこ あぶら さとう ごま ごまあぶら	とりにく ツナ かつおぶし とうふ	ごぼう ピーマン あかピーマン きいろピーマン きゅうり にんじん もやし みかん缶	卵類 きのこと類	
13	金	ぎょうざの かわピザ	とうふのミートグラタン かりこりいりこ ポテトサラダ もも缶	なし オレンジ	バター こむぎこ ばんこ さとう ごま じゃがいも マヨネーズ	とうふ ふたひきにく きゅうにゅう こなチーズ いりこ ハム たまご	にんじん たまねぎ ピーマン パセリ きゅうり あかピーマン もも缶	魚類 海藻類	
ご命日 16	月	あべかわもち	なまあげのあますいため コールスローサラダ キウイフルーツ	あすきケーキ	さとう かたくりこ あぶら マヨネーズ	なまあげ	にんじん たまねぎ ピーマン だけのこ きゃべつ とうもろこし キウイフルーツ	肉類 きのこと類	
18	水	ももヨーグルト	とりにくのバーベキューソース レタス きりほしだいこんサラダ パイン缶	いもいりむしぱん	ごまあぶら マヨネーズ	とりにく ハム	りんご にんにく しょうが レタス きゅうり きりほしだいこん にんじん パイン缶	大豆製品 いも類	
誕生会 19	木	おかし	おたのしみランチ						
20	金	チョコっと フレンチ	やさしいラーメン わかピー和え きゅうにくとごぼうのきんぴら もも缶	さんかくチーズパン	ちゅうかめん ごま ごまあぶら あぶら さとう	ふたにく きゅうにく	きゃべつ にんじん たまねぎ しんじけ ねぎ とうもろこし ごぼう こんにゃく ピーマン もやし わかめ もも缶	魚類 野菜類	
23	月	バタートースト	わふうマーボーとうふ だいこんサラダ みかん缶	レーズンクッキー	さとう かたくりこ ごまあぶら マヨネーズ	とうふ ふたにく みそ えび かにかま	にんにく しょうが たまねぎ さやいんげん だいこん きゅうり みかん缶	卵類 きのこと類	
24	火	ジャムヨーグルト	きのこオムレツ ゆでえだまめ こまつなとベーコンのいためもの もも缶	コーンむすび	あぶら バター	たまご とりひきにく クリーム スキムミルク ベーコン	しめじ えのきたけ たまねぎ にんじん えだまめ こまつな もも缶	魚類 いも類	
25	水	じゃがりバター	はっほうさい ちゅうかサラダ オレンジ (3未: ゆかりご飯)	おからのパウンドケーキ	あぶら ごまあぶら かたくりこ はるさめ ごま さとう	ふたにく いか えび うずらたまご ツナ	にんにく にんじん たまねぎ ちんげんさい しんじけ だけのこ きゅうり きゃべつ オレンジ	大豆製品 海藻類	
26	木	バナナ	とりにくのみそからめやき ごもくひじき ブロッコリーのごまあえ パイン缶	マシュマロ グラノーラバー	ごま あぶら さとう	とりにく あぶらあげ たいす	ブロッコリー ひじき にんじん こんにゃく えだまめ パイン缶	魚類 野菜類	
27	金	ごへいもち	ビーフカレー かぼちゃのふくめに スリザティサラダ バナナ	カルピスゼリー	じゃがいも あぶら さとう スリザティ マヨネーズ	きゅうにく ハム	たまねぎ にんじん にんにく ほうれんそう かぼちゃ レタス きゅうり うめほし バナナ	大豆製品 きのこと類	
30	月	マカロニの あべかわ	さんまのしおやき カッターチーズあえ かき	まっちゃんミルクむしぱん	ごま さとう	さんま スキムミルク しらす	だいこん ほうれんそう にんじん もやし かき	肉類 野菜類	
31	火	フルーツ ヨーグルト	【ピクニックの日】 とりにくのごまでりやき さといものそばろに ブロッコリーのかおりあえ さくらんぼ缶	ラスク	さとう ごま ごまあぶら あぶら さといも	とりにく とりひきにく	ブロッコリー えだまめ さくらんぼ缶	魚類 野菜類	

*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

平成29年9月29日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園