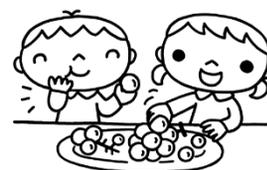


# 10月 給食だより



菫根本幼稚園 R6.9.27

(月)	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)
☆天候や都合によって、献立やおやつを急に変更することがあります。ご了承ください。	菜めし 牛乳 けんちん汁 ボイルウインナー	バス遠足	カレーうどん 牛乳 野菜のかき揚げ	三色ごはん 牛乳 白みそ汁 りんご
	白米 麦 菜飯 豆腐 あげ 鶏肉 ねぎ 人参 大根 こんにゃく しめじ 醤油 白だし かつお ウインナー		うどん 鶏肉 人参 玉葱 ねぎ かまぼこ あげ 花麩 椎茸 みりん かつお カレールウ 醤油 みつば さつまいも てんぷら粉 油	白米 鶏ミンチ 生姜 醤油 砂糖 卵 塩 ピース 切干大根 豆腐 小松菜 人参 あげ 味噌 かつお りんご
エネルギー 食塩相当量	499kcal 1.3g		427kcal 1.6g	477kcal 1.3g
おやつ	田舎のおかき		—	ぱりんこ
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
きのこおこわ 牛乳 すまし汁 バナナ	レーズンコッペ 牛乳 さつまいものクリームシュー 南瓜サラダ	麦ごはん (のり佃煮) のっぺい汁 牛乳 チキンカツ	麦ごはん 牛乳 八宝菜 ニラ卵汁	栗おこわ 牛乳 豚汁 春雨サラダ
白米 もち米 鶏肉 しめじ 椎茸 あげ 人参 エリンギ 醤油 中双 みりん 純つゆ 豆腐 玉葱 かまぼこ わかめ 白だし かつお バナナ	さつまいも 人参 玉葱 しめじ ほうれん草 鶏肉 シチュールウ コーン クリームコーン コンソメ 南瓜 ハム 枝豆 塩 マヨネーズ	白米 麦 のり佃煮 豆腐 あげ 鶏肉 ねぎ 人参 大根 こんにゃく 舞茸 醤油 かつお 白だし 片栗粉 てんぷら粉 パン粉 油	白米 麦 人参 豚肉 いか 玉葱 白菜 小松菜 筍 きくらげ きぬさや 生姜 醤油 中華スープ 砂糖 片栗粉 油 ニラ 豆腐 あげ 椎茸 卵 鶏肉 白だし かつお	白米 麦 栗 豆腐 あげ 豚肉 ねぎ 人参 大根 こんにゃく ごぼう 玉葱 味噌 かつお キャベツ きゅうり ハム 春雨 塩 酢 砂糖 醤油
426kcal 1.4g	488kcal 1.0g	489kcal 1.1g	473kcal 0.6g	490kcal 1.3g
味しらべ	きなこもち	揚一番	ソフト豆もち	銀シャリおにぎりせん
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
スポーツの日	バターコッペ 牛乳 中華スープ 鶏肉の中華いため	わかめごはん 牛乳 五目汁 ミニフィッシュ	五目ごはん 牛乳 豆腐汁 パイン	味噌煮込みうどん 牛乳 さばの竜田揚げ
	筍 コーン ベーコン 人参 椎茸 小松菜 玉葱 醤油 鶏がらスープ 酒 ゴマ油 ゴマ 鶏肉 塩 胡椒 ねぎ 片栗粉 パプリカ 酢 砂糖 中華スープ	白米 麦 わかめ 豆腐 あげ 鶏肉 ねぎ 人参 大根 こんにゃく 舞茸 醤油 白だし かつお 砂糖 たつくり	白米 麦 人参 ひじき ツナ ピース 椎茸 あげ 竹輪 ごぼう 醤油 砂糖 みりん 白だし 豆腐 半平 玉葱 人参 みつば かつお パイン	うどん 人参 鶏肉 あげ かまぼこ 椎茸 ねぎ ごぼう 麩 味噌 醤油 かつお 鯖 酒 生姜 油
	514kcal 1.3g	441kcal 0.9g	431kcal 1.2g	421kcal 1.7g
	しるこサンド	無限のり	—	—
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
運動会振替休み	ピースごはん 牛乳 すいとん汁 和風サラダ	五目ラーメン 牛乳 揚げぎょうざ	ウインナーとコーンのピラフ 牛乳 オニオンスープ ミニゼリー	新入園児面接
	白米 塩 ピース すいとん 鶏肉 人参 大根 ごぼう 椎茸 ねぎ 醤油 かつお ブロッコリー ハム 枝豆 キャベツ コーン ドレッシング	中華麺 豚肉 なんと 人参 もやし 白菜 小松菜 ねぎ シャンタン 醤油 中華スープ 餃子 油	白米 ウインナー 玉葱 コーン 人参 ピース バター コンソメ 塩 しめじ ベーコン パセリ ゼリー	
	460kcal 0.8g	488kcal 1.6g	511kcal 0.8g	
	Ca ウエハース	みりん揚	おかきもち	
28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	月平均の栄養価 エネルギー 472kcal たんぱく質 20.1g カルシウム 289mg 食塩相当量 1.2g
麦ごはん 牛乳 鶏肉の卵とじ 玉ふ汁	バター食パン 牛乳 白身魚フライ ポトフ ボイルキャベツ	ゆかりごはん 牛乳 にゅうめん しゅうまい	ハヤシライス 牛乳 フルーツポンチ	
白米 麦 鶏肉 玉葱 人参 ピース 卵 椎茸 砂糖 醤油 みりん 麩 豆腐 あげ みつば かまぼこ かつお 白だし	白身魚 油 キャベツ マヨネーズ じゃがいも ウインナー 人参 ベーコン 玉葱 コンソメ パセリ 鶏がらスープ	白米 麦 ゆかり 豆腐 あげ 鶏肉 ねぎ そうめん 人参 椎茸 白だし 醤油 かつお しゅうまい	白米 麦 人参 玉葱 豚肉 ピース トマト しめじ 大蒜 生姜 赤ワイン ハヤシフレック ケチャップ デミグラスソース 砂糖 桃 みかん パイン バナナ	
497kcal 1.6g	479kcal 1.4g	446kcal 1.5g	511kcal 1.0g	
白いふうせん	ばかうけ	ホームパイ	ヤクルト ハッピーターン	