

2024年

10月

## 給食献立表

くりくま保育園

		給食	材料	うさぎ~そうぐみ おやつ (材料) 牛乳 りんご ソフトせんべい	ひよこ~りすぐみ おやつ (材料) かるかん (長芋 上新粉) 干しブルー
1	火	15 ごはん ポークビーンズ シルバーサラダ	白米 豚肉 大豆 じゃが芋 人参 玉葱 マッシュルーム バター 砂糖 醤油 塩 コショウ トマトピューレ 春雨 キャベツ 胡瓜 トマト 塩 コショウ 砂糖 米酢 菜種油		
2	水	16 ごはん 鶏のマーマレード煮 卵の花	白米 鶏肉 マーマレード 醤油 おから さつま芋 小松菜 こんにゃく 削り節 砂糖 醤油 みりん	牛乳 わらびもち (わらび餅粉 砂糖 きな粉)	蓮根のお焼き (蓮根 塩 片栗粉 菜種油) 2日 梨 16日 柿
3	木	17 ごはん 鯖のさじ焼き マセドアンサラダ	白米 鯖 青葱 土生姜 醤油 みりん じゃが芋 玉葱 人参 胡瓜 パプリカ 塩 コショウ 米酢 砂糖 オリーブ油	牛乳 手作りパン (薄力粉 砂糖 塩 ドライイースト 菜種油)	人参おにぎり (白米 人参 塩) ベビースティック
4	金	18 肉うどん 焼きかぼちゃ	うどん 牛肉 しめじ 大根 人参 小松菜 青葱 削り節 砂糖 醤油 みりん かぼちゃ 塩 菜種油	お茶 おかかおにぎり (白米 かつお節 醤油 焼きのり)	りんご蒸しパン (りんご 上新粉 重曹 酢)
	土	19 ごはん 鶏肉と野菜の味噌炒め ごぼうのかか煮	白米 鶏肉 キャベツ もやし 玉葱 人参 塩 コショウ 砂糖 味噌 菜種油 ごぼう 砂糖 醤油 みりん 削り節 かつお節	牛乳 水族館クッキー 柿	干しブルー さくっとあられ 柿
7	月	21 ごはん カレー豚じゃが わかめの酢の物	白米 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 つきこん 砂糖 醤油 みりん カレー粉 削り節 わかめ キャベツ 胡瓜 長芋 砂糖 醤油 米酢	牛乳 おからケーキ (おから 薄力粉 卵 砂糖 バター 牛乳 B.P) 干しブルー	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご
8	火	22 ごはん 麻婆豆腐 茄子のおかか和え	白米 牛肉 豆腐 人参 玉葱 青ねぎ にんにく 土生姜 片栗粉 砂糖 醤油 味噌 菜種油 茄子 醤油 みりん 削り節 かつお節	牛乳 かるかん (長芋 砂糖 上新粉 B.P) かみかみ昆布 (昆布 砂糖 醤油)	ぎんこん (さつま芋 長芋) むらさき芋せんべい
9	水	23 ごはん 鶏肉の梅焼き ポテトサラダ	白米 鶏肉 梅干し 砂糖 みりん 味噌 じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 塩 コショウ 砂糖 米酢 オリーブ油	牛乳 りんごゼリー (りんごジュース 砂糖 寒天) お豆腐屋さんのビスケット	蒸しじゃが (じゃが芋 塩) 柿
10	木	24 ごはん あらめ煮 キャベツのじゃこ和え	白米 牛肉 あらめ 人参 玉葱 油揚げ 干し椎茸 削り節 砂糖 醤油 みりん キャベツ なら ちりめんじゃこ 醤油	牛乳 さつま芋饅頭 (さつま芋 片栗粉 砂糖 菜種油)	かぼちゃ団子 (かぼちゃ 上新粉) 干しブルー
11	金	25 栗おこわ 金時豆煮 豚汁	白米 もち米 栗 さつま芋 昆布 塩 金時豆 砂糖 醤油 みりん 豚肉 豆腐 大根 キャベツ ごぼう つきこん 青葱 味噌 削り節	牛乳 柿 玄米ほんぼー	アップルポテト (さつま芋 りんご) ベビースティック
12	土	26 ごはん いかと里芋の煮物 ブロッコリーの磯炒め	白米 するめいか 里芋 人参 大根 厚揚げ こんにゃく 削り節 醤油 みりん ブロッコリー 焼きのり 塩 菜種油	牛乳 芋かりんとう チーズ	さくっとあられ むらさき芋せんべい
	月	28 ごはん 筑前煮 長芋の梅肉和え	白米 鶏肉 大根 人参 ごぼう 蓮根 干し椎茸 こんにゃく 砂糖 醤油 みりん 削り節 長芋 梅干し 焼きのり みりん	牛乳 黒糖蒸しパン (薄力粉 黒糖 b.p)	長芋のお焼き (長芋 キャベツ 塩 片栗粉 菜種油) 干しブルー
	火	29 ごはん 牛肉ときのこのオープン焼き チンゲン菜ナムル	白米 牛肉 玉葱 えのき しめじ エリンギ にんにく 醤油 塩 コショウ 菜種油 チンゲン菜 もやし わかめ 油揚げ 砂糖 醤油 胡麻油	お茶 ヨーグルト きらず揚げ	青菜おにぎり (白米 青菜 塩) りんご
	水	30 ごはん さんまの塩焼き 千草和え	白米 秋刀魚 塩 小松菜 えのき もやし 醤油	牛乳 焼き芋 (さつま芋)	じゃが芋もち (じゃが芋 塩 片栗粉) 柿
	木	31 ごはん 豚肉と春雨の炒め物 千切り大根の甘酢漬け	白米 豚肉 人参 玉葱 チンゲン菜 春雨 醤油 塩 コショウ 菜種油 千切り大根 砂糖 醤油 米酢	牛乳 かぼちゃクッキー (かぼちゃ 薄力粉 バター 砂糖) ミニゼリー	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご寒天 (りんご 寒天)

10月と言えば何を想像しますか??

くりくま保育園では、さんまパーティーや長野県から届くりんご、ハロウィン🎃、旬の野菜のお手伝い等々・・・  
たくさん行事を計画していますよ!!!!