

美野里保育園(一般)

2020年10月分の献立

|       | 1(木)                                     | 2(金)                               | 3(土)                             |
|-------|--|------------------------------------|----------------------------------|
| 午前    | ブルーベリーヨーグルト                              | さゆうりスティック、牛乳                       | カルシウムせんべい、牛乳                     |
| 昼食    | 枝豆とじゃこの御飯、魚のカシムニエ、ひじきときゅうりのサラダ、かき玉汁、オレンジ | 御飯、ハンバーグ、かぼちゃのサラダ、豆腐のスープ、バナナ       | 親子丼、キャベツのツナソースサラダ、もも缶            |
| 午後    | 牛乳、ピザトースト                                | ヨーグルトあえ、クッキー                       | 牛乳、チョコクッキー                       |
| 午前    | 7(水)                                     | 9(金)                               | 10(土)                            |
| 午前    | チーズ、牛乳                                   | おやつ小魚、牛乳                           | ウエハース、牛乳                         |
| 昼食    | 御飯、チキン南蛮、小松菜とツナのこま和え、白菜のみそ汁、もも缶          | きのこ御飯、鮭の南蛮漬け、枝豆の白和え、さつまいものみそ汁、みかん缶 | カレーうどん、コールスローサラダ、パイナップル缶         |
| 午後    | 牛乳、マカロニきな粉                               | 牛乳、揚げパン                            | 牛乳、スティックパン                       |
| 11(日) | 14(水)                                    | 16(金)                              | 17(土)                            |
| 午前    | さゆうりスティック、牛乳                             | チーズ、牛乳                             | 塩せんべい、牛乳                         |
| 昼食    | 御飯、えびのトマトソース煮、いんげんと鶏ささ身のごまあえ、中華スープ、バナナ   | 御飯、マーボーなす、もやしとひじきの酢あえ、はるさめスープ、みかん  | 中華丼、きゅうりとささみのごま和え、ヨーグルトあえ        |
| 午後    | 牛乳、レーズン蒸しパン                              | 牛乳、おからもち                           | 牛乳、お惣のラスク                        |
| 18(日) | 21(水)                                    | 23(金)                              | 24(土)                            |
| 午前    | おやつ小魚、牛乳                                 | ブルーベリーヨーグルト                        | さゆうりスティック、牛乳                     |
| 昼食    | 御飯、コロッケ、白菜のサラダ、かき玉汁、バナナ                  | ひじきごはん、魚の西京焼き、キャベツとわかめの酢の物、五目汁、もも缶 | 御飯、鶏肉のトマト煮、もやし中華風和え物、豆腐のみそ汁、オレンジ |
| 午後    | 牛乳、マカロニポリタン                              | 牛乳、すりみ揚げ                           | 牛乳、ロールパン                         |
| 25(日) | 28(水)                                    | 30(金)                              | 31(土)                            |
| 午前    | チーズ、牛乳                                   | オレンジ、牛乳                            | おやつ小魚、牛乳                         |
| 昼食    | きのこスリッパ、大根とツナのあえ物、枝豆のポタージュ、バナナ           | 御飯、スペイン風オムレツ、切干大根のサラダ、チキンスープ、もも缶   | チキンピラフ、ミートローフ、バナナサラダ、わかめスープ、なし   |
| 午後    | 牛乳、じゃこねおにぎり                              | 牛乳、キャロットゼリー                        | 牛乳、くりのケーキ                        |
| 午後    | 牛乳、チーズボール                                |                                    |                                  |