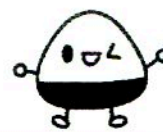




10月の献立



H24. 10. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児 添加食	おやつ	延長補食	栄養エネルギー		備考
						蛋白質	脂質	
1 15, 29	月	ごはん、豚肉のアップルソース焼き、 フレンチサラダ、きのこの味噌汁、果物	煮魚	牛乳 焼きそば	ふりかけごぎり	33.28 21.920	67.21 21.17	
2 16, 30	火	味噌煮込みうどん、 さつまいものバター煮、果物	ウインナー ソテー	牛乳 ケチャップライス	豚そぼろごぎり	35.18.5 18.7.3.8	61.19.4 16.8.3.4	16日4,5歳 芋粥満足
3 17, 31	水	ごはん、さんまのごま揚げ、 おかか和え、玉ねぎの味噌汁、果物	さつまいも の甘煮	牛乳 マカロニきなご和え	ゆかりごぎり	51.18.1 18.1.1.7	616.21.3 21.7.1.6	31日 会食会
4 18	木	ドライカレー、菜果サラダ、 わかめスープ、果物	かき揚げ	牛乳 コーントースト	鮭ごぎり	33.16.7 21.4.2.5	57.18.1 18.1.2.1	
5	金	雑穀ごはん、ひじきの和え物、 鯖の味噌煮、沢煮碗、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 無添加菓子	ジャムサンド	32.20.0 19.7.2.0	54.20.9 18.6.2.3	
6 20	土	フランスパン、鮭のケチャップソース焼き、果物、 野菜スープ、ほうれん草とベーコンのバターソテー	スティック チーズ	牛乳 おかめごぎり	—	32.24.4 18.1.2.4	60.25.4 16.8.2.3	
22	月	雑穀ごはん、鮭フライ、柿のサラダ、 さつまいもと人参の味噌汁、果物	人参の 甘煮	牛乳 切崩し大根ごぎり	塩こんぶごぎり	32.20.6 16.7.2.0	69.24.3 18.8.1.6	
23	火	バターロールパン、鶏肉のトマト煮、 キャベツと玉ねぎのスープ、果物	かぼちゃの 天ぷら	牛乳 甘辛団子	おかめごぎり	31.18.3 25.7.2.5	53.20.3 23.8.2.1	
10 24	水	ごはん、小松菜と油揚げの煮びたし、果物 ぶりの照り焼き、大根と人参の味噌汁	ジャーマン ポテト	牛乳 ごまおごぎり	ふりかけごぎり	65.19.4 18.4.1.5	60.20.9 17.9.1.3	24日 魚の 解禁ショー
11 25	木	ごはん、具だくさんぶり大根、 豆腐となめこの味噌汁、果物	煮豆	牛乳 焼き芋	梅干ごぎり	51.17.6 15.2.1.6	30.19.1 16.5.1.4	
12	金	ごはん、八宝菜、 中華風コーンスープ、果物	茹で ブロッコリー	牛乳 いなりずし	ぶどうパン	33.22.8 17.9.1.8	66.24.7 19.9.1.9	
13 27	土	チキンピラフ、野菜入りわかめスープ、 キャベツとコーンのソテー、果物	じゃがいもの バターソテー	牛乳 ジャムパン	—	57.16.0 16.9.2.6	57.17.2 16.1.2.0	
9	火	おにぎりセット、豚汁、果物	かぼちゃの 天ぷら	牛乳 甘辛団子	おかめごぎり	54.17.3 17.7.1.4	30.19.1 13.2.1.2	リハーサル
19	金	手作りおにぎり、さつまいも汁、 ひじきと大豆の炒り煮、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 無添加菓子	ジャムサンド	53.18.1 18.3.1.9	32.19.4 16.2.1.7	さつまいも汁 パーティー
26	金	栗五目ごはん、小松菜の味噌汁、 えび入り春雨サラダ、果物	茹で ブロッコリー	牛乳 いなりずし	ぶどうパン	55.19.8 15.2.2.7	61.20.8 16.4.2.6	幼児 誕生会

延長補食には上記のほか麦茶・果物が付きます。

*果物は市場の都合上、柿、みかん、りんごなどのローテーションで出ます。

