

令和3年10月のメニュー

きそろ幼稚園

月		火		水		木		金	
		園の菜園で収穫した野菜を給食に入れました。 長ねぎ・・・9/8 みそ汁 ◎印は青空給食 Day(旧ランチ会)、●は運動会予備日②③です。 予備日②③に運動会を行った場合または青空給食 Day の日のクラスは おにぎりになり、他のクラスはお茶碗にご飯を盛り付けます。						1 ごはん 鶏肉の香味焼き (鶏もも肉・万能ねぎ) ほうれん草の おからヨーグルト白和え (ほうれん草・人参・えのき・ おから・ヨーグルト・すりごま) みそ汁(玉ねぎ・白菜)	
4	代 休 	5	● 年長 ② 6 ごはん 松風焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・ 人参・生しいたけ・卵・パン 粉・白ごま) 小松菜の煮浸し (小松菜・油揚げ・人参・ちり めんじゃこ) みそ汁(じゃが芋・大根・ひじ き)	● 年長 ② 6 ごはん 鮭のもみじ焼き(鮭・人参・マヨ ネーズ・みそ) 五目煮豆(大豆水煮・切り昆 布・人参・ごぼう・こんにやく・ れんこん・干しいたけ・油揚 げ・いんげん) みそ汁 (豆腐・小松菜・玉ねぎ)	7	● 年長 ③ 8 ◎ 年中 焼きそば (焼きそば麺・豚肉・キャベ ツ・人参・もやし・ピーマン・ 玉ねぎ・ソース・青のり) 中華風コーンスープ (コーンクリーム缶・万能ね ぎ・卵・片栗粉) バナナ	● 年長 ③ 8 ◎ 年中 おかかごはん(米・かつお節) 竹輪の磯辺揚げ (焼竹輪・天ぷら粉・青のり) マカロニサラダ (マカロニ・ハム・きゅうり・人 参・キャベツ・コーン缶・マヨ ネーズ) みそ汁(油揚げ・小松菜・切干 し大根)		
● 年中 ② 11 ◎ 年少	ツナごはん(米・ツナ缶) 豚肉のしょうが焼き (豚肉・玉ねぎ・もやし・人参・ピー マン・しょうが) さつま芋の粉ふき芋 (さつま芋・黒ごま) みそ汁(えのき・大根・豆苗)	● 年少 ② 12 ◎ 年長	わかめごはん(米・わかめご 飯の素) タンドリーチキン (鶏もも肉・ヨーグルト・カレー 粉・ケチャップ) ごま和え(小松菜・もやし・人 参・ひじき・すりごま) みそ汁(キャベツ・しめじ・わかめ)	13	● 年中 ② 13 ◎ 年少 ごはん さばのみそ煮 (さば・しょうが・みそ) ほうれん草のバターソテー (ほうれん草・玉ねぎ・人参・し めじ・ブロッコリー・ベーコン・ バター) すまし汁(ふ・水菜・わかめ)	14	● 年中 ② 14 ◎ 年少 栗ごはん(米・栗) 豚肉と野菜の塩麴炒め (豚肉・キャベツ・もやし・人 参・玉ねぎ・ピーマン・塩麴) のっぺい汁 (大根・しめじ・小松菜・豆腐・長 ねぎ・片栗粉) りんご	15	● 年中 ② 15 ◎ 年少 ごはん 高野豆腐の野菜あんかけ (高野豆腐・鶏ひき肉・白菜・ 人参・玉ねぎ・干しいたけ・ 片栗粉) ナムル(もやし・きゅうり・人参・ 白ごま・ごま油) みそ汁 (油揚げ・ほうれん草)
18	● 年中 ② 18 ◎ 年少 ごはん ホイコーロー (豚肉・キャベツ・ピーマン・赤 パプリカ・みそ・ごま油) かぼちゃの煮物 (かぼちゃ) かき卵汁 (卵・えのき・小松菜)	19	● 年少 ② 19 ◎ 年長 ごはん すき焼き風煮 (牛肉・白菜・玉ねぎ・しめじ・焼 豆腐・白滝) 酢漬け (かぶ・きゅうり・人参) みそ汁 (ふ・キャベツ・かぶの葉)	20	◎ 年少 予備 20 ◎ 年少 予備 わかめごはん(米・わかめご はんの素) 鶏のから揚げ(鶏もも肉・玉ね ぎ・片栗粉) おひたし(ほうれん草・えのき・ 人参・かつお節) みそ汁 (油揚げ・白菜・長ねぎ)	21	◎ 年中 予備 21 ◎ 年中 予備 おかかごはん(米・かつお節) さわらのごま照り焼き (さわら・白ごま) ポテトサラダ (じゃが芋・ハム・きゅうり・人 参・ブロッコリー・コーン・ヨー グルト・マヨネーズ) みそ汁(玉ねぎ・小松菜)	22	◎ 年長 予備 22 ◎ 年長 予備 ツナごはん(米・ツナ缶) 煮込みハンバーグ (豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ 卵・パン粉・ケチャップ) グリーンサラダ(レタス・きゅう り・トマト・ごま油) みそ汁 (豆腐・ほうれん草・ひじき)
25	● 年中 ② 25 ◎ 年少 ごはん 酢豚 (豚肉・玉ねぎ・人参・たけの こ・ピーマン・赤パプリカ・生し いたけ・ケチャップ・片栗粉) 浅漬け(かぶ・きゅうり・人参・ 塩昆布) みそ汁(豆腐・なめこ・長ねぎ・ かぶの葉)	26	● 年少 ② 26 ◎ 年長 ごはん 白身魚のパン粉焼き (ホキ・パセリ・パン粉・粉チ ーズ・オリーブ油) 切干大根の煮物 (切干大根・焼竹輪・人参・ご ぼう・いんげん・干しいた け・れんこん・ごま油) みそ汁(じゃが芋・小松菜・玉 ねぎ)	27	● 年少 ② 27 ◎ 年少 予備 ごはん 肉団子のもち米蒸し (鶏ひき肉・玉ねぎ・生しいた け・たけのこ・もち米) 納豆和え (ひきわり納豆・小松菜・もや し・人参・のり) みそ汁 (ふ・キャベツ・ひじき)	28	● 年中 ② 28 ◎ 年少 ごはん 肉じゃが (豚肉・じゃが芋・人参・玉ね ぎ・白滝・いんげん) 酢の物 (きゅうり・生わかめ・かにかま ぼこ) みそ汁 (白菜・青梗菜・長ねぎ)	29	● 年少 ② 29 ◎ 年少 ロールパン パンプキンシチュー (鶏肉・玉ねぎ・人参・かぼち ゃ・ブロッコリー・牛乳・シチュ ーのルー) ミモザサラダ (レタス・きゅうり・トマト・卵・ご ま油)

● 都合により食材料を変更することがありますので、ご了承ください。