

大美野幼稚園



10月給食の献立



食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、実りの秋など楽しみの多い季節がやってきました。
季節のかわり目でもありますので体調管理に十分気をつけながら、規則正しい食生活を心がけていきしょう。
給食でも栄養バランスを考えた食事を提供していきます。

		2日（木） ① ご飯（海苔香味） ② ハムカツ ③ キャベツと人参の炒め物 ④ 春雨サラダ ⑤ ちくわ煮 ⑥ 星型しんじょ ⑦ みかん缶 457kcal	3日（金） 午前保育
6日（月）	7日（火）	9日（木）	10日（金）〈年中園外保育〉
運動会 代休	① ご飯（かつおみりん） ② 豚肉甘辛炒め ③ チキンナゲット ④ 小松菜の和え物 ⑤ とうもろこしのつまみ揚げ ⑥ 厚揚げの煮物 ⑦ ミレービスケット 491kcal	① ハヤシライス ② レモンゼリー 423kcal	① ご飯（ゆかり） ② ホイコーロー ③ プチエビフライ ④ チンゲン菜の中華和え ⑤ さつま芋の甘煮 ⑥ レンコンの煮付 ⑦ みかん缶 430kcal
13日（月）	14日（火）〈りす園外保育〉	16日（木）	17日（金）
スポーツの日	① ご飯（かつおみりん） ② 肉コロッケ ③ 白菜とさつま揚げの煮浸し ④ 焼売 ⑤ チンゲン菜とコーンのソテー ⑥ ウインナー ⑦ 洋梨缶 496kcal	① マーボー丼 ② 豆乳プリン 409kcal	① ご飯（ゆかり） ② えびかつ ③ スパゲティナポリタン ④ ごぼうの天ぷら ⑤ ほうれん草のおかか和え ⑥ こうや豆腐の煮物 ⑦ ミニゼリー（ぶどう） 457kcal
20日（月）	21日（火）	23日（木）	24日（金）〈年少園外保育〉
① ご飯（かつおみりん） ② サバの塩焼き ③ ブロッコリーとウインナーのソテー ④ 揚げぎょうざ ⑤ 白菜と揚げの煮浸し ⑥ 厚揚げの煮物 ⑦ ミニゼリー（りんご） 491kcal	① ご飯（海苔香味） ② 豚肉のしょうが焼き ③ 春巻き ④ 三色ナムル ⑤ ミニハッシュドポテト ⑥ 花形さつま ⑦ りんご缶 488kcal	① ご飯（ゆかり） ② 鶏の照焼き ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ スパゲティカレーソテー ⑤ フライドポテト（コンソメ） ⑥ ウインナー ⑦ みかん缶 576kcal	① ご飯（かつおみりん） ② 焼きそば ③ 揚げぎょうざ ④ ほうれん草とコーンのソテー ⑤ フライドスイートポテト ⑥ ミートボール（照焼） ⑦ ミニゼリー（ぶどう） 543kcal
27日（月）	28日（火）	30日（木）	31日（金）
① ご飯（海苔香味） ② メンチカツ ③ チンゲン菜のソテー ④ チャプチェ（副菜） ⑤ ミートボール（トマト） ⑥ 星型しんじょ ⑦ りんご缶 494kcal	① ご飯（ゴマ塩） ② ハ宝菜 ③ ポテチキ ④ ブロッコリーサラダ ⑤ こうや豆腐の煮物 ⑥ ちくわ煮 ⑦ 洋梨缶 479kcal	① カレーライス ② オレンジゼリー 441kcal	① ご飯（海苔香味） ② 豚肉のプルコギ風 ③ スマイルポテト ④ かぼちゃの天ぷら ⑤ チンゲン菜の煮浸し ⑥ 人参グラッセ ⑦ ミレービスケット 427kcal