

2021. 10月 給食献立表

田町保育園

日	献立	3歳未満児10時おやつ	15時おやつ
1 金	キャロットライス 大根スープ 鶏ピザ焼き ポテトサラダ パナナ牛乳	カルシウムせんべい	ブルーベリーヨーグルト
2 土	(お弁当の日)	秋らしくなってくるため 温まるメニュー入れてます。 	
3 日			
4 月	のり佃煮ごはん じゃが芋みそ汁 松風焼き きんぴら グレープフルーツ	味しらべ	オレンジホットケーキ 牛乳
5 火	ふりかけごはん カマボコすまし汁 夕焼けコロケ 大根しらす和え りんご	マリー	マシュマロリッツ 牛乳
6 水	サンドイッチ クリームスープ ひじきサラダ パナナ	カルシウムウエハース	焼きトウモロコシおむすび
7 木	麦ごはん ほうれん草すまし汁 鮭みそ焼き ワカメとコーン青しそ和え 高野豆腐煮 オレンジ	ぱりんこ	レモントースト 牛乳
8 金	中華おこわ 肉団子と白菜のスープ もやしナムル 梨	五穀ビスケット	ぶどうゼリー 牛乳
9 土	あんかけ丼 麩みそ汁 かぼちゃチーズ和え りんご	ポーロ	菓子
10 日			
11 月	納豆ごはん そうめん汁 鶏青のり焼き キャベツごま和え グレープフルーツ	白い風船	チーズボール 牛乳
12 火	ゆかりごはん とろろ昆布すまし汁 ゆで豚ごまみそ和え 切り干し大根サラダ パナナ	カルシウムせんべい	フレンチトースト 牛乳
13 水	醤油ラーメン 揚げぎょうざ チンゲン菜中華和え 柿	お野菜せんべい	ライスグラタン
14 木	バターライス もやしスープ チーズオムレツ グリーンサラダ レバーケチャップ煮 オレンジ	マリー	ねぎ焼き 牛乳
15 金	麦ごはん 具だくさん汁 さんまカレー焼き 大根酢の物 チーズ 梨	カルシウムウエハース	水ようかん 牛乳
16 土	(お弁当の日)	芋ほり遠征後は、さつま芋 を多く取り入れています☆ 	
17 日			
18 月	ロールパン トマトスープ マカロニグラタン フレンチサラダ グレープフルーツ 牛乳	ぱりんこ	そうすい
19 火	きなこごはん なすみそ汁 豚のしょうが焼き チンゲン菜のり和え さつま芋きんとん	マリー	野菜ポッキー 牛乳
★20 水	栗赤飯 きのこスープ チキン南蛮 コロコロサラダ りんご	白い風船	さつま芋モンブラン 牛乳
21 木	カレーうどん さつま芋天ぷら キャベツ酢の物 オレンジ	野菜かりんとう	ツナマヨおむすび
22 金	さつま芋ごはん しめじみそ汁 さば香味焼き きゅうり昆布和え 黒豆煮 柿	お野菜せんべい	フルーツゼリー 牛乳
23 土	そぼろごはん 豆腐すまし汁 かみかみサラダ パナナ	ポーロ	菓子
24 日			
25 月	コーンライス 千切りスープ チキンステーキ サラスパサラダ グレープフルーツ	カルシウムせんべい	ココア蒸しパン 牛乳
26 火	麦ごはん ごぼうみそ汁 揚げ鮭野菜あんかけ かぼちゃサラダ パナナ	鉄ウエハース	パインケーキ 牛乳
27 水	ビビンバ丼 わかめスープ 中華風サラダ りんご	味しらべ	スイートポテト 牛乳
28 木	わかめごはん おでん 小松菜ゆかり和え レバーカレー炒め オレンジ	白い風船	ジャムサンド 牛乳
★29 金	おばけバーガー かぼちゃとさつま芋のスープ フライドポテト ブロッコリーサラダ みかん	きなこウエハース	ハロウィンプリン いちご牛乳
30 土	ナポリタン さつま芋マヨ和え グレープフルーツ 牛乳	ポーロ	菓子
31 日			

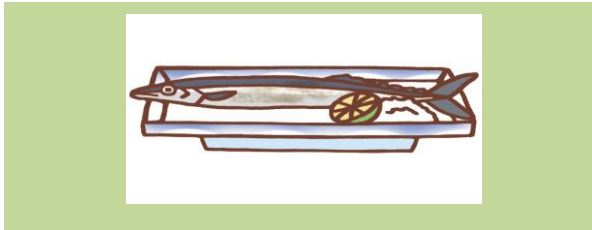
* 行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい。
 * 3歳未満児の10時のおやつにはスキムミルクが付きます。



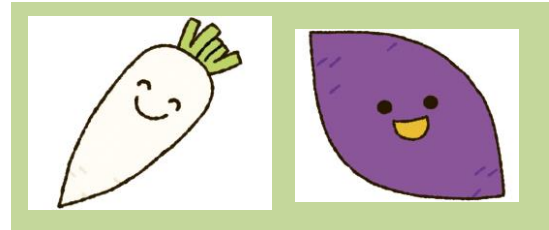
10月 行事食	
★ 20日(水)	お誕生会
★ 29日(金)	ハロウィン給食

食欲の秋！！おいしい秋の味覚を楽しもう☆彡

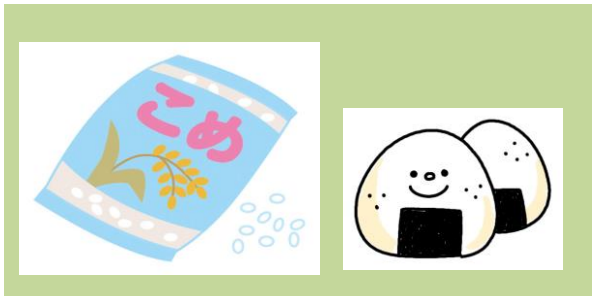
< 収穫の秋、秋の味覚 >



☆**魚**では、さんまです。さんまには、血液をさらさらにする成分、DHAとEPAが多く含まれています。塩焼きやかば焼き、生姜煮などいろいろな料理で楽しめます。



☆**野菜**では、根菜類がだんだんおいしくなってきます。大根は辛さがぬげ甘味が増してきます。里芋やさつま芋などもおいしくなってきます。



☆**新米**もぜひ味わいたいですね。



☆**果物**では、りんご、みかん、柿、栗などもおいしいです。



さつま芋ようかん

◎ 材料 ◎

- さつま芋 … 400g
- 水 … 200cc
- 粉寒天 … 4g
- 砂糖 … 100g

◎ 作り方 ◎

- ① さつま芋は、皮をむいて1cm幅に切り、さっと洗ってから、かぶるくらいの水(分量外)を加えて柔らかくなるまでゆでる。
- ② ①の水気を切り、熱いうちに細かくつぶす。
- ③ 鍋に分量の水を入れ、粉寒天をふやかす。中火にかけて煮立ったら砂糖を加えて弱火にして混ぜ砂糖を溶かす。
- ④ ③に②を加え混ぜ合わせ、水で濡らした型(バットなど)に流し入れて冷まし、冷蔵庫で約1時間程冷やし固める。冷えたら型から外して切り分ける。

