


2021年10月献立表

材料の都合により変更になる場合があります

	日	曜日	献立	材料
	1	金	白身魚フライ 焼き焼売 マカロニサラダ (ツナ) トマト	白身魚フライ 焼売 マカロニ 胡瓜 卵 人参 りんご シーチキン トマト
	2	土	Caの日 Caバームクーヘン	カルシウムバームクーヘン
	3	日		
	4	月	肉じゃが ほうれん草ソテー 納豆味噌	牛肉 じゃが芋 人参 糸こんにゃく ベーコン ホーレン草 しめじ コーン 豚挽き肉 ひきわり納豆 小葱 いりごま
	5	火	秋野菜カレー ウィンナー ブロッコリーサラダ	合挽き肉 茄子 南瓜 ホーレン草 人参 玉葱 さつま芋 カレールー ウィンナー ブロッコリー コーン 卵
	6	水	弁当日	
	7	木	あじ塩焼き 筑前煮 カニカマ酢の物 (春雨)	あじ 鶏肉 筍水煮 板こんにゃく 里芋 レンコン 牛蒡 人参 胡瓜 春雨 乾燥わかめ カニカマ
	8	金	メンチカツ ペンネトマト煮 南瓜サラダ	メンチカツ ペンネ 合挽き肉 mixベジタブル 玉葱 南瓜 胡瓜 ロースハム サラダチーズ
	9	土		
	10	日		
	11	月	団子汁 ひじき五目煮 浅漬け	豚肉 白菜 大根 人参 団子麺 ひじき 大豆水煮 油揚げ 板こんにゃく 干し椎茸 胡瓜 塩昆布
	12	火	仲良しうどん 竹輪磯辺揚げ ヨーグルト	うどん 鶏肉 白菜 大根 椎茸 人参 白ネギ 竹輪 青海苔 ヨーグルト
	13	水	弁当日	
	14	木	すき焼き 胡瓜とトマトの酢味噌和え 金時豆煮	牛肉 白菜 糸こんにゃく 椎茸 人参 白ネギ 豆腐 トマト 胡瓜 乾燥わかめ 金時豆
	15	金	アジフライ ハンバーグ 海藻サラダ キャンディーチーズ	アジフライ ミニハンバーグ レタス もやし 人参 乾燥わかめ キャンディーチーズ
	16	土	運動会	
	17	日		
	18	月	弁当日	
	19	火	ミニクワッサン チリコンカン チキンナゲット 人参シリシリ	ミニクワッサン 合挽き肉 トマト缶 人参 玉葱 大豆水煮 レッドキドニー ショートパスタ チキンナゲット 人参 シーチキン
	20	水	弁当日	
	21	木	豆腐ハンバーグ 大根と昆布の煮物 春雨酢の物 (かまぼこ)	豆腐 鶏ひき肉 ひじき 大根 人参 糸昆布 豚肉 胡瓜 春雨 乾燥わかめ カマボコ
	22	金	麻婆豆腐 春巻 ホーレン草おかか和え	豚挽き肉 豆腐 白ネギ 玉葱 人参 干し椎茸 生姜 ニンニク 春巻 キャベツ ホーレン草 かつお節
	23	土		
	24	日		
	25	月	ワンタンスープ 回鍋肉 さつま芋オレンジ煮	ワンタン 小松菜 人参 しめじ 豚肉 キャベツ ピーマン 白ネギ さつまいも オレンジジュース
	26	火	なめこ汁 さわら西京焼き 根菜きんぴら	なめこ 豆腐 油揚げ 乾燥わかめ 小葱 鯖 牛肉 大根 人参 ごぼう レンコン
	27	水	弁当日	
	28	木	クリームシチュー ミートボール ハロウィンデザート	鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 しめじ 牛乳 シチュールー ブロッコリー ミニトマト ミートボール パンプキンパノア
	29	金	(誕生会) とり天 エビフライ 野菜サラダ 誕生日ケーキ	鶏肉 エビフライ レタス 胡瓜 パプリカ 人参 ショートケーキ
	30	土	Caの日 飲むヨーグルト・ビスコ	飲むヨーグルト・ビスコ

★12日・19日は完全給食です！お弁当は要りません

