

# 平成30年10月献立表

日にち	1	2	3	4	5	6
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	胚芽米 ささみとチーズの衣揚げ チンゲン菜とツナの和え物 豆腐とねぎの味噌汁 柿	えびクリームライス いろどりサラダ 白菜のスープ りんごジュース	ゆかりごはん 焼きさばのみぞれ煮 切り干し大根 のっぺい汁 オレンジ寒天	中華丼 切り干しパンパンジー ごぼうと長葱の中華汁 ヨーグルト	オムライス 唐揚げ ブロッコリーサラダ かぼちゃのポターージュ ぶどう	
おやつ	スキムミルクサブレ かえり煮干し 麦茶	手作りプリン 麦茶	ソーセージフリッター 麦茶	大学芋 かえり煮干し 麦茶	焼きそばパン 麦茶	
エネルギー	乳児 487 幼児 545	乳児 475 幼児 522	乳児 512 幼児 589	乳児 493 幼児 541	乳児 526 幼児 612	
延長食	にゅう麺	おにぎり	トマト食パン	おにぎり	にゅう麺	
日にち	8	9	10	11	12	13
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	<b>体育の日</b>	胚芽米 たくあん 酢豚 大根とツナのサラダ 青菜とコーンの中華汁 ヨーグルト	さつまいもご飯おにぎり 鶏の照り焼き ほうれん草とちくわのごま和え からまつ芋煮 みかん	タコライス にんじんしりしり わかめスープ 柿	胚芽米 ふりかけ かぼちゃコロッケ 千切りキャベツ プチトマト 白菜と根菜の味噌汁 りんご	味噌ラーメン ちくわのサラダ グレープ寒天
おやつ		芋ようかん 麦茶	しらすピザ 麦茶	ごぼうと油揚げのひつつみ 麦茶	豆乳ぜんざいプリン 麦茶	プチピザ 麦茶
エネルギー		乳児 519 幼児 586	乳児 539 幼児 605	乳児 521 幼児 586	乳児 497 幼児 552	乳児 460 幼児 524
延長食		おにぎり	にゅう麺	ココア食パン	おにぎり	じゃがいももち
日にち	15	16	17	18	19	20
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	カゲツ井 プチトマト ほうれん草としめじの塩昆布ナムル 春雨スープ カルピス寒天	胚芽米 梅干し 鮭と秋野菜のちゃんちゃん焼き かぼちゃのくずし煮 なすと油揚げの味噌汁 柿	からまつバーガー フライドポテト プチトマト ほうれん草とコーンのソテー オニオンスープ ヨーグルト	わかめごはん たらけのケチャップあんかけ 揚げしらすのサラダ にら玉汁 みかん	<b>保育士さんの アイディアメニュー♪</b>	ツナ丼 ささみのサラダ お麩と長葱の味噌汁 りんご
おやつ	きのこのクリームパスタ 麦茶	マロンのクリームあんみつ 麦茶	乳児：おにぎり、幼児：いなり寿司 麦茶	豆乳チーズケーキ 麦茶	いもっちだんご かえり煮干し 麦茶	焼きそば 麦茶
エネルギー	乳児 468 幼児 548	乳児 500 幼児 590	乳児 466 幼児 595	乳児 473 幼児 540	乳児 480 幼児 535	乳児 495 幼児 560
延長食	おにぎり	ココア食パン	にゅう麺	おにぎり	ほうれん草食パン	クラッカーサンド
日にち	22	23	24	25	26	27
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	胚芽米 たくあん 野菜たっぷりプルコギ かにかまの中華風酢の物 くずし豆腐のとろみ汁 グレープ寒天	ゆかりごはん ほくほく肉じゃが 小松菜とじゃこのお浸し えのきの味噌汁 りんご	大根菜飯 さばの味噌煮(防災食) 野菜の白和え わかめの味噌汁(防災食) みかん	スパゲティミートソース スティックサラダ かぶのスープ フルーツポンチ	胚芽米 魚の竜田揚げ かぶの柚子風味漬 呉汁 柿	きつねうどん かぼちゃのそろぼ煮 ヨーグルト
おやつ	チーズ蒸しパン かえり煮干し 麦茶	ピーチババロア 麦茶	おやつドリア 麦茶	お楽しみパン りんごジュース	みたらし風じゃがいももち 麦茶	フランクフルト 麦茶
エネルギー	乳児 496 幼児 603	乳児 463 幼児 515	乳児 470 幼児 559	乳児 484 幼児 565	乳児 482 幼児 539	乳児 427 幼児 542
延長食	おにぎり	にゅう麺	トマト食パン	おにぎり	ココア食パン	じゃがいももち
日にち	29	30	31	10月の旬食		
曜日	月	火	水	10月の旬食		
給食	豚丼 里芋の煮ころがし なめことほうれん草の味噌汁 柿	お赤飯 鮭の南蛮漬 かにかまと青菜の三色和え 手まり麩のすまし汁 10月のバースディケーキ	バターライス タンドリーチキン 野菜と大豆のコロコロサラダ ハロウィンパンプキンシチュー ぷるぷるハロウィンゼリー	 <p><b>野菜：</b>里芋、チンゲン菜、栗、かぼちゃ、にんじん、かぶ、しいたけ、まいたけ、えのき、エリンギ <b>果物：</b>柿、りんご、柚子 <b>魚介類：</b>鮭、さんま、さば、たら</p>		
おやつ	からまつあげあげパン かえり煮干し 麦茶	かぼちゃくず餅 麦茶	あっぷるスイーツポテト 麦茶			
エネルギー	乳児 512 幼児 570	乳児 493 幼児 567	乳児 508 幼児 620			
延長食	にゅう麺	トマト食パン	おにぎり			

フレイティ応援メニュー

第41回フレイティ  
I♡KARAMATSU  
~からまつっ子のパワー  
半端ないって~



食育の日

防災メニュー

お誕生会

ハロウィンメニュー

10月の旬食

**野菜：**里芋、チンゲン菜、栗、かぼちゃ、にんじん、かぶ、しいたけ、まいたけ、えのき、エリンギ  
**果物：**柿、りんご、柚子  
**魚介類：**鮭、さんま、さば、たら