

給食献立表

さくら・もも組の午前のおやつは牛乳・フルーツかお菓子です。

日	曜日	献立メニュー	主な材料	午後のおやつ		
				きく・ゆり・ばら	さくら・もも	
1	金	きのこ入り豚肉の生姜炒め おかが和え みそ汁 オレンジ	豚肉 しめじ えのき 椎茸 玉葱 生姜/キャベツ ほうれん草 人参 かまぼこ 糸けずり/白菜 厚揚げ 人参 みそ/オレンジ	牛乳 じゃがいももち	牛乳 じゃがいももち	
2	土	サンドイッチ 牛乳 果物				
4	月	ホワイトシチュー ちりめんサラダ チキンナゲット オレンジ	鶏肉 じゃがいも 人参 玉葱 しめじ ブロッコリー バター 小麦粉 コンソメ 牛乳/ちりめんじゃこ キャベツ 胡瓜 わかめ /チキンナゲット/オレンジ	栗ご飯	栗ご飯	
5	火	鯖の竜田揚げ けんちん汁 切干のサラダ パナナ	鯖(白身魚) 生姜 片栗粉/大根 豚肉 人参 ごぼう 豆腐 里芋 葱 切干 人参 ベーコン 胡瓜 ごまドレッシング/バナナ	牛乳 きなこラスク	牛乳 きなこラスク	
6	水	チンジャオロースー さつまいもの甘煮 豆乳スープ オレンジ	豚肉 玉葱 人参 たけのこ ピーマン しめじ オイスターソース /さつまいも/大根 人参 鶏ミンチ たら 豆乳 鶏ガラ/オレンジ	牛乳 バナナの パウンドケーキ	牛乳 バナナの パウンドケーキ	
7	木	鶏肉の棒棒鶏焼き みそ汁 土佐酢和え オレンジ	鶏肉 生姜 ごま油 玉葱/白菜 胡瓜 人参 かにかま 糸けずり /キャベツ 玉葱 人参 みそ/オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
8	金	豚肉の柳川風 すまし汁 マカロニサラダ オレンジ	豚肉 玉葱 人参 しめじ 卵 小松菜/はんぺん 人参 えのき 葱 /マカロニ 胡瓜 人参 コーン マヨネーズ/オレンジ	牛乳 焼き竹輪 お菓子	牛乳 焼き竹輪 食パン	
9	土	サンドイッチ 牛乳 果物				
11	月	お好み焼き風卵焼き みそ汁 大根のきんぴら オレンジ	豚ミンチ キャベツ 人参 お好み焼き粉 卵 ソース/大根 人参 平天 いんげん ごま/豆腐 玉葱 ほうれん草 みそ/オレンジ	牛乳 スパゲティ ナポリタン	牛乳 スパゲティ ナポリタン	
12	火	たらきのこあんかけ みそ汁 中華風サラダ パナナ	たら(白身) 舞茸 しめじ 玉葱 えのき/マロニー 人参 胡瓜 ハム コーン/切干大根 人参 厚揚げ 葱 みそ/バナナ	牛乳 ココアパン	牛乳 ココアパン	
13	水	鶏肉のすっきり煮 しょうゆフレンチ みそ汁 柿(未満児:オレンジ)	鶏肉 生姜 にんにく/キャベツ ほうれん草 人参 卵 /大根 豆腐 揚げ 葱 みそ/柿(オレンジ)	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 黒糖蒸しパン	
14	木	ポークビーンズ ツナサラダ かに玉スープ オレンジ	豚肉 大豆水煮 椎茸 人参 メークイン 玉葱 ケチャップ トマトピューレ/コンソメ にんにく/ツナ キャベツ コーン 胡瓜/玉葱 かにかま 豆腐 卵 葱/オレンジ	ヨーグルト バナナ	ヨーグルト バナナ	
15	金	ポトフ ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーのごま和え オレンジ	じゃが芋 人参 玉葱 ウィナー キャベツ コンソメ/ちくわ 青のり 小麦粉/ブロッコリー すりごま ハム 胡瓜 /オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
16	土	運動会 				
18	月	野菜たっぷりラーメン 焼売 ひじきの五目煮 オレンジ	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 椎茸 もやし 中華めん 中華だし/焼売 /ひじき 人参 揚げれんこん いんげん/オレンジ	牛乳 ごぼうせんべい お菓子	牛乳 さつまいもチップ お菓子	
19	火	ポテトグラタン 信田和え 豆腐のスープ オレンジ	じゃが芋 人参 玉葱 豚ミンチ ほうれん草 小麦粉 バター 牛乳 パン粉 チーズ/白菜 えのき うす揚げ/豆腐 青梗菜 人参 鶏ガラだし/オレンジ	鮭ごまおにぎり	鮭ごまおにぎり	
20	水	豚肉のカレー炒め 大根の白和え みそ汁 オレンジ	豚肉 玉葱 しめじ 人参 ピーマン カラー粉/大根 人参 すりごま 豆腐 かにかま みそ/南瓜 玉葱 うす揚げ 葱 みそ/オレンジ	牛乳 おからマドレーヌ	牛乳 おからマドレーヌ	
21	木	おでん ゆかり和え みそ汁 パナナ	大根 ちくわ 平天 こんにゃく がんも 人参 卵 こんにゃく/白菜 胡瓜 ゆかり/豆腐 なめこ わかめ みそ/バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
22	金	鶏肉とさつまいもの旨煮 錦和え 吉野汁 オレンジ	鶏肉 片栗粉 さつまいも 玉葱 人参 いんげん/ほうれん草 人参 春雨 卵 /豆腐 大根 人参 椎茸 里芋 葱 片栗粉/オレンジ	牛乳 じゃこ カステラ	牛乳 じゃこ カステラ	
23	土	サンドイッチ 牛乳 果物				
25	月	チキンカレースープ ミートボール ナムル パナナ	鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 ブロッコリー しめじ カラー/もやし 揚げ 人参 胡瓜 ごま油/ミートボール/バナナ	牛乳 餃子の皮ピザ	牛乳 餃子の皮ピザ	
26	火	松風焼き ごまドレッシング和え 豚汁 オレンジ	鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 みそ ごま 卵/キャベツ 胡瓜 南瓜 ごま //豚肉 大根 人参 ごぼう 豆腐 葱 みそ/オレンジ	牛乳 ツナサンド	牛乳 ツナサンド	
27	水	ミックスかき揚げ みそ汁 中華スパゲティ オレンジ	さつまいも エビ 玉葱 人参 ピーマン 片栗粉 小麦粉 /スパゲティ 人参 胡瓜 卵 ごま油/もやし 豆腐 揚げ 葱 みそ /オレンジ	牛乳 麩のラスク	牛乳 麩のラスク りんご	
28	木	鯖のおろし煮 みそ汁 ポテトサラダ パナナ	鯖(白身魚) 生姜 大根 葱/じゃが芋 人参 胡瓜 卵 ハム マヨネーズ /キャベツ 人参 厚揚げ 葱 みそ/バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
29	金	月お誕生日会				
29	金	カレーピラフ 南瓜のサンドフライ こうもりサラダ みそ汁 ゼリー(オレンジ)	カレーピラフ 南瓜のサンドフライ こうもりサラダ みそ汁 ゼリー(オレンジ)	牛乳 ケーキ 南瓜クッキー	牛乳 ケーキ 南瓜クッキー	
30	土	サンドイッチ 牛乳 果物				

玄関に、献立の写真を掲示しています。お迎えに来られた時、見てお帰り下さい。
都合により、献立を変更することがあります。

給食だより

10月

豊里幼稚園

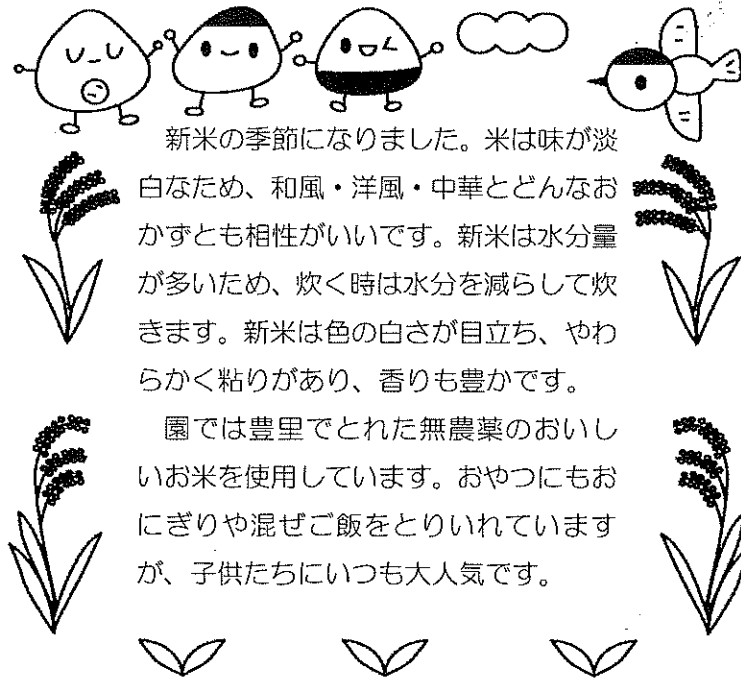
令和3年10月1日

秋も深まり、園生活にも落ち着いた、なごやかな雰囲気を感じられるようになりました。
スポーツの秋、体を動かすことが気持ちのいい季節です。10月は子供達の楽しみにして
いる運動会があります。本番で存分に力が発揮できるように子供たちは毎日、練習を重ねて
います。体をいっぱい動かしている子供達、食欲もどんどんでてきて、ご飯がたくさん食べ
られるようになったり、おかわりをする子もいて、子供たちの成長を感じます。

さて、秋は実りの季節でもあり、1年中で一番食べ物のおいしい季節です。子供のころか
ら食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要です。
今月の園の給食はきのこ類やサツマイモ・里芋・柿など旬の食材を使った給食を取り入れて
います。

今月のねらい

- *秋の味覚を味わう。
- *秋の収穫を喜び、感謝する。
- *うがい・手洗いをしっかりとる。



新米の季節になりました。米は味が淡
白なため、和風・洋風・中華とどんなお
かずとも相性がいいです。新米は水分量
が多いため、炊く時は水分を減らして炊
きます。新米は色の白さが目立ち、やわ
らかく粘りがあり、香りも豊かです。

園では豊里でとれた無農薬のおいし
いお米を使用しています。おやつにもお
にぎりや混ぜご飯をとりいれています
が、子供たちにいつも大人気です。

今月の行事食

29(金)お誕生日会
園児は、ご飯はいりません。
コップとお箸を忘れないでね。

南瓜クッキー

- ① バターを1cm角に切る。
- ② 南瓜の皮をむき、やわらかくゆがく。
- ③ 南瓜が熱いうちに、マッシャーでつぶす。
- ④ ③にバター・砂糖・薄力粉・片栗粉の順にいれ、その都度混ぜる。
- ⑤ ラップにつつんで冷蔵庫で1時間ぐらい寝かせる。
- ⑥ 打ち粉(分量外)の薄力粉をしき、生地を5mmくらいの厚さにのばす。
- ⑦ 型抜きして170度に予熱したオーブンで18分くらい焼いて完成。
※やわらかい生地なので冷やしたほうがあつかいやすいです。
③~④の行程をフードプロセッサーで行うと簡単です。



材料(20枚ぐらい)
南瓜 60g
(皮とった状態)
バター 60g
砂糖 60g
薄力粉 120g
片栗粉 20g

