

## 金光学園こども園(一般)

2020年10月分の献立

|    | 月曜日                                    | 火曜日                          | 水曜日                        | 木曜日                            | 金曜日                             | 土曜日                  |
|----|--|------------------------------|----------------------------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------|
| 午前 |  |                              |                            | 1 牛乳、バナナ                       | 2 牛乳、オレンジ                       | 3 牛乳、果物              |
| 昼食 |  |                              |                            | 御飯、大根と豚肉の煮物、厚揚げの味噌汁、ぶどう        | 野菜ラーメン、ツナサラダ、バナナ                | チンジャオロース風丼、コーンスープ、果物 |
| 午後 |  |                              |                            | ミルク、バナナケーキ                     | ミルク、いかのカレー揚げ                    | お茶、菓子                |
| 午前 | 5 牛乳、オレンジ                              | 6 牛乳、菓子                      | 7 牛乳、バナナ                   | 8 牛乳、オレンジ                      | 9 牛乳、菓子                         | 10 牛乳、果物             |
| 昼食 | 御飯、厚揚げのみそ炒め、すまし汁(じゃが芋・わかめ)、バナナ         | スパゲティナポリタン、ポテトサラダ、りんご        | きのご御飯(鶏)、チャーシューサラダ、豆腐のすまし汁 | 御飯、鶏肉のオーロラソース和え、春雨スープ、なし       | パン、たらちのチーズ風味天ぷら、蒸しかぼちゃ、野菜スープ、牛乳 | あぶたま丼、さつまいものみそ汁、果物   |
| 午後 | 牛乳、茹で栗 リッツ                             | 牛乳、あんぱん                      | 牛乳、チーズケーキ                  | 牛乳、いがぐりポテト                     | ミルク、五平餅                         | お茶、菓子                |
| 午前 | 12 牛乳、菓子                               | 13 牛乳、オレンジ                   | 14 牛乳、バナナ                  | 15 牛乳、オレンジ                     | 16 牛乳、菓子                        | 17                   |
| 昼食 | 鶏肉うどん、カリフラワーとコーンのサラダ、バナナ               | 御飯、さばのみそ煮、もやしのおかか和え、すまし汁     | 御飯、根菜ごまみそ煮、にしきとえ、納豆        | 御飯、れんこんのつくね揚げ、磯煮、麩のすまし汁、バナナ    | ビビンバ、オレンジ、にらと豆腐のスープ             | 給食なし                 |
| 午後 | ミルク、大豆とひじきの御飯                          | 牛乳、菓子パン                      | ミルク、フライドポテト                | ミルク、ツナスパイシーピラフ                 | ミルク、豆腐ココアドーナツ                   |                      |
| 午前 | 19 牛乳、オレンジ                             | 20 牛乳、菓子                     | 21 牛乳、バナナ                  | 22 牛乳、オレンジ                     | 23 牛乳、菓子                        | 24 牛乳、果物             |
| 昼食 | きのごクリームスパゲティ、ハワイアンサラダ、バナナ、牛乳           | パン、タンドリーチキン、レンコンサラダ、野菜スープ、牛乳 | カレーライス、ポイルウイナー、和風サラダ、ゼリー   | 御飯、さんまの塩焼き、はりはり大根のサラダ、にら玉汁、柿   | 御飯、すき焼き風、ナムル、ぶどう                | マーボー丼、すまし汁、果物        |
| 午後 | 牛乳、焼き芋                                 | 牛乳、かぼちゃのニョッキスープ              | ミルク、麩のラスクココア               | ミルク、ホットビスケット                   | ミルク、卵雑炊                         | お茶、菓子                |
| 午前 | 26 牛乳、菓子                               | 27 牛乳、バナナ                    | 28 牛乳、菓子                   | 29 牛乳、オレンジ                     | 30 牛乳、バナナ                       | 31 牛乳、果物             |
| 昼食 | 揚げれんこんのまぜ御飯、もやしとツナのごま酢あえ、わかめのすまし汁、オレンジ | 焼きそば、豆腐のすまし汁                 | 御飯、味噌煮込みおでん、大豆とわかめの和え物、みかん | 御飯、おとうふナゲット、ブロックリー、五目みそ汁(さつま芋) | パン、チリコンカン、ひじきのサラダ、バナナ、牛乳        | 親子丼、すまし汁、果物          |
| 午後 | 牛乳、フルーツ白玉                              | ミルク、スイートポテト                  | 牛乳、コーンマヨトースト               | ミルク、おはぎ                        | ミルク、菜飯おにぎり(小松菜)                 | お茶、菓子                |
|    |  |                              |                            |                                |                                 |                      |
|    |  |                              |                            |                                |                                 |                      |
|    |  |                              |                            |                                |                                 |                      |