

金光学園こども園(一般)

2021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、オレンジ	2 牛乳、果物
昼食					とんこつしょうゆラーメン、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、たいやき	お茶、菓子
午前	4 牛乳、菓子	5 牛乳、菓子	6 牛乳、オレンジ	7 牛乳、バナナ	8 牛乳、オレンジ	9 牛乳、果物
昼食	御飯、厚揚げのみそ炒め、すまし汁(白菜・えのき)、オレンジ	御飯、ぎせい豆腐、もやし味噌汁、付け合わせ	御飯、豚肉のしょうが炒め、なめこの味噌汁、なし	きのご御飯(鶏)、チャーシューサラダ、豆腐のすまし汁	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	子きつね丼、さつまいものみそ汁、果物
午後	ミルク、栗まんじゅう	牛乳、サンドイッチ(ハムチーズ)	牛乳、チーズケーキ	ミルク、チヂミ	牛乳、茹で栗 リッツ	お茶、菓子
午前	11 牛乳、菓子	12 牛乳、オレンジ	13 牛乳、バナナ	14 牛乳、オレンジ	15 牛乳、菓子	16
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、ハンバーグ(キノコソース)、じゃがいもの味噌汁	御飯、根菜ごまみそ煮、にしきとえ、納豆	岡山寿司、麩のすまし汁、オレンジ	
午後	牛乳、大豆とひじきの御飯	牛乳、焼き芋	ミルク、豆腐ココアドーナツ	牛乳、ミニチャーハン	牛乳、フライドポテト	
午前	18 牛乳、オレンジ	19 牛乳、菓子	20 牛乳、バナナ	21 牛乳、オレンジ	22 牛乳、菓子	23 牛乳、果物
昼食	御飯、鶏とさつまいものあんからめ、春雨スープ、バナナ	御飯、おとうふナゲット、フロッコリー、五目みそ汁	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	御飯、すき焼き風、ナムル	マーボー丼、すまし汁、果物
午後	牛乳、おはぎ	ミルク、かぼちゃのニョッキスープ	牛乳、麩のラスクココア	ミルク、ホットビスケット	牛乳、いがぐりポテト	お茶、菓子
午前	25 牛乳、バナナ	26 牛乳、菓子	27 牛乳、菓子	28 牛乳、オレンジ	29 牛乳、バナナ	30 牛乳、果物
昼食	パン、タンドリーチキン、ひじきのサラダ、野菜スープ、牛乳	揚げれんこんのみそ御飯、もやしとちくわのごま酢あえ、わかめのみそ汁	御飯、味噌煮込みおでん、大豆とわかめの和え物、みかん	焼きそば、豆腐のすまし汁、柿	御飯、チリコンカン、レンコンサラダ	親子丼、すまし汁、果物
午後	牛乳、フルーツ白玉	牛乳、パンケーキ(ほうれんそう)	牛乳、コーンマヨトースト	ミルク、スイートポテト	牛乳、菜飯おにぎり(小松菜)	お茶、菓子