

金光学園こども園(一般)

2023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	2 牛乳、菓子	3 牛乳、バナナ	4 牛乳、菓子	5 牛乳、オレンジ	6 牛乳、オレンジ	7 牛乳、果物
昼食	御飯、すき焼き風、ナムル	パン、たらのチーズ風味天ぷら、蒸しかぼちゃ、野菜スープ、牛乳	御飯、チリコンカン、レンコンサラダ	さつま芋御飯、ピーナッツ和え、ごぼうの味噌汁、みかん	御飯、豚肉のしょうが炒め、なめこの味噌汁、なし	子きつね丼、さつまいものみそ汁、果物
午後	牛乳、肉まん	ミルク、焼き芋	ミルク、黒豆おこわ	ミルク、米粉のあんこサンド	ミルク、きなこクッキー	お茶、菓子
午前	9	10 牛乳、菓子	11 牛乳、菓子	12 牛乳、オレンジ	13 牛乳、バナナ	14
昼食	祝日	御飯、さんまの塩焼き、ひじきのサラダ、にら玉汁	鶏肉うどん、カリフラワーとコーンのサラダ	岡山寿司、麩のすまし汁、バナナ	御飯、根菜ごまみそ煮、にしき和え、納豆	給食無し
午後		ミルク、お好み焼き風ポテト	ミルク、ごま団子(揚)	ミルク、ミニチャーハン	ミルク、フライドポテト	
午前	16 牛乳、菓子	17 牛乳、オレンジ	18 牛乳、オレンジ	19 牛乳、菓子	20 牛乳、バナナ	21 牛乳、果物
昼食	御飯、豆腐のふわとろボール(えび)、付け合わせ、豚汁	御飯、さばのみそ煮、もやしのおかか和え、すまし汁	御飯、鶏とさつまいものあんからめ、春雨スープ、バナナ	野菜ラーメン、揚げぎょうざ、付け合わせ、ゼリー	御飯、ぎせい豆腐、付け合わせ、じゃがいもの味噌汁	マーボー丼、すまし汁、果物
午後	ミルク、フルーツ白玉	ミルク、ピザトースト	ミルク、アメリカンドッグ	ミルク、米粉ジャムケーキ	ミルク、茹で栗 リッツ	お茶、菓子
午前	23 牛乳、菓子	24 牛乳、バナナ	25 牛乳、菓子	26 牛乳、オレンジ	27 牛乳、バナナ	28 牛乳、果物
昼食	御飯、魚のごま揚げ、付け合わせ、牛乳スープ	焼きそば、豆腐のすまし汁、オレンジ	御飯、味噌煮込みおでん、大豆とわかめの和え物、みかん	揚げれんこんのまぜ御飯、もやしとちくわのごま酢あえ、わかめのすまし汁	御飯、ハッシュドビーフ(豆入り)、ブロッコリーサラダ	親子丼、すまし汁、果物
午後	ミルク、パンケーキ(ほうれんそう)	牛乳、おはぎ	ミルク、菜飯おにぎり(小松菜)	ミルク、コーンマヨトースト	ミルク、スイートポテト	お茶、菓子
午前	30 牛乳、菓子	31 牛乳、バナナ				
昼食	御飯、魚の照り焼き、白菜の酢の物、なめこの味噌汁	御飯、豚肉と大根の煮物、麩のすまし汁、柿				
午後	ミルク、米粉蒸しパン(さつまいも)	ミルク、牛ごぼうめし				