

2020年 10月



献立表



このみ坂保育園

日	曜	にし・そよかぜ 朝おやつ	種	献立	給食カロリー	3時のおやつ		おやつカロリー
1	木	おせんべい ビスケット	汁	ハヤシライス フレンチサラダ スープ	405	牛乳	ホットケーキ	234
2	金	魚肉ソーセージ	焼	ごはん 魚のチーズピカタ ひじきの炒り煮 みそ汁	400	牛乳	人参ジャムサンド	233
3	土	おせんべい ビスケット	麺	パン ナポリタン 野菜スープ	384	牛乳	マフィン	215
5	月	バナナ	焼	ごはん 塩マリネチキン コールスロー スープ	391	牛乳	小松菜おにぎり	222
6	火	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 魚のみそ煮 きゅうりとハムのごま酢和え すまし汁	389	牛乳	黒糖蒸しパン	247
7	水	おせんべい ビスケット	麺	ごはん 焼ビーフン みそ汁 果物	388	牛乳	お麩ラスク	202
8	木	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 鮭の塩焼き 小松菜納豆 のっぺ汁	397	牛乳	さつまいも蒸しパン	235
9	金	おせんべい ビスケット	汁	カレーライス ごま酢和え スープ	405	牛乳	ぶどうゼリー	211
10	土	おせんべい ビスケット	麺	おにぎり 焼きそば ブロッコリーツナマヨ スープ	386	牛乳	青のりラスク	192
12	月	バナナ	揚	ごはん からあげ ポテトサラダ みそ汁	405	牛乳	金時煮豆	215
13	火	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 煮魚 スタミナサラダ みそ汁	388	牛乳	オレンジゼリー	182
14	水	魚肉ソーセージ	麺	ごはん チャプチェ ちくわの磯部揚げ スープ	398	牛乳	きなこラスク	200
15	木	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 魚の照り焼き ばんさんす みそ汁	382	牛乳	かぼちゃスコーン	235
16	金	バナナ	丼	親子丼 厚揚げおかか煮 みそ汁 果物	406	牛乳	ココア蒸しパン	235
17	土	おせんべい ビスケット	麺	おにぎり カレーうどん ピクルス	381	牛乳	フレンチトースト	238
19	月	バナナ	煮	ごはん チキンのトマト煮 きゅうりの酢の物 スープ	404	牛乳	プリン	233
20	火	おせんべい ビスケット	揚	ごはん 魚のあんかけ 切干大根煮 みそ汁	401	牛乳	ふかしいも	216
21	水	魚肉ソーセージ	焼	ごはん 照り焼きチキン マカロニサラダ スープ	406	牛乳	バナナカップケーキ	231
22	木	おせんべい ビスケット	炒	ごはん 麻婆豆腐 華風酢の物 わかめスープ	410	牛乳	お好み焼	250
23	金	バナナ	焼	ごはん 魚の西京焼き 炒り豆腐 すまし汁	381	牛乳	チーズ蒸しパン	237
24	土	おせんべい ビスケット	麺	パン ミートスパゲティ 野菜スープ	394	牛乳	スキムクッキー	202
26	月	バナナ	焼	ごはん タンドリーチキン ビーフンサラダ スープ	408	牛乳	きなこマカロニ	159
27	火	おせんべい ビスケット	揚	ごはん すり身揚げ 納豆和え みそ汁	399	牛乳	クッキー	222
28	水	魚肉ソーセージ	煮	ごはん 肉じゃが ごま和え みそ汁	381	牛乳	りんごゼリー	222
29	木	おせんべい ビスケット	焼	ひじきごはん サバの塩焼き コーンフレークサラダ みそ汁	405	牛乳	マドレーヌ	183
30	金	バナナ	焼	ごはん 鶏肉のみそだれ焼き 甘酢和え すまし汁	399	牛乳	スキム蒸しパン	229
31	土	おせんべい ビスケット	丼	こんにゃくそばろ丼 塩こぶ和え みそ汁	391	牛乳	チーズケーキ	270

※献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承ください。