

# 10 がつ

# 給食 こんだて 表



令和2年度  
社会福祉法人みちのく会  
幼保連携型認定こども園  
舞戸保育所

日	曜日	献立名	主な材料			3歳未満児 追加分	おやつ
			血や肉や骨になる	カや熱のもとになる	体の調子をととのえる		
1	木	スコッチエッグ 織キャベツ 柿 ブロッコリーサラダ わかめスープ	豚肉 たまご	小麦粉 パン粉 コーン ごまドレッシング ハンバーグの素	ブロッコリー キャベツ きゅうり ミニトマト えのき わかめ ねぎ 柿	米飯(月～金) ふりかけ	牛乳 串だんご
2	金	クリームシチュー キウイフルーツ 春雨サラダ 乳酸菌飲料	鶏肉 ハム 乳酸菌飲料	じゃがいも シチュールー 春雨 ごま 冷やし中華のつゆ	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり キウイフルーツ	チーズ	牛乳 せんべい
3	土	ミートソース チーズ レタスサラダ 麦茶	豚肉 チーズ	スウティ パター ケチャップ ソース 小麦粉 コーン ごまドレッシング	玉ねぎ 人参 グリンピース レタス きゅうり		麦茶 ビスケット
4	日						
5	月	鶏の唐揚げ ふりかけ オレンジ ほうれん草ととうふのごま和え たまごスープ	鶏肉 とうふ たまご	唐揚げ粉 すりごま ふりかけ	ほうれん草 キャベツ ひじき ねぎ オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク 米菓子
6	火	エビフライ 織キャベツ キウイフルーツ トマトマリネ ポトフ	エビ ベーコン	小麦粉 パン粉 じゃがいも	キャベツ トマト パセリ 玉ねぎ 人参 キウイフルーツ	たまご豆腐	牛乳 揚げ菓子
7	水	※3歳以上児はおにぎりを持参してください※ おたのしみBOX (Casketさんのおかずセット) バナナ わかめスープ	たまご 鶏肉 豚肉 チーズ	じゃがいも マヨネーズ スウティ ケチャップ ゼリー	バナナ えのき わかめ ごぼう 人参 ひじき きゅうり ミニトマト	チーズ	風つ子飲料 クッキー
8	木	チーズオムレツ ごま昆布 梨 小松菜のしらすサラダ とうふ汁	チーズ たまご ベーコン 牛乳 しらす干し	ケチャップ	玉ねぎ マッシュルーム 小松菜 キャベツ なめこ ごま昆布 梨	ミニトマト	牛乳 ホットケーキ
9	金	ホイコーロー 鮭フレーク 柿 シュウマイ わかたけ汁	豚肉 油揚げ 鮭フレーク	シュウマイの皮	キャベツ ビーマン たけのこ ねぎ 人参 柿 わかめ たけのこ	さつまいものレモン煮	カルピス 米菓子
10	土	焼きそば ミニゼリー ジャーマンポテト 麦茶	豚肉 ベーコン	ゆで中華麺 ゼリー じゃがいも	玉ねぎ 人参 キャベツ ビーマン		麦茶 せんべい
11	日						
12	月	マーボー豆腐 オレンジ かむカムサラダ ふりかけ 白菜汁	とうふ さきいか	マーボー豆腐の素 ふりかけ	ねぎ 大根 人参 きゅうり もやし 白菜 えのき オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク ビスケット
13	火	ハンバーグ のりの佃煮 パナナ チップサラダ じゅんさい汁	豚肉 とうふ	ハンバーグの素 ケチャップ コーン ごまドレッシング ポテトチップス	玉ねぎ レタス きゅうり トマト じゅんさい パナナ	かぼちゃの甘煮	ジョア 米菓子
14	水	鮭のムニエル ぶどう ポテトサラダ 中華風スープ	鮭 ハム 豚肉	バター 小麦粉 マヨネーズ じゃがいも コーン	玉ねぎ 人参 きゅうり ぶどう ほうれん草 ねぎ	ミニトマト	ヨーグルト
15	木	ポークカレー 福神漬 柿 切り干し大根の煮物 乳酸菌飲料	豚肉 乳酸菌飲料 油揚げ	じゃがいも カレールー ごま	玉ねぎ 人参 福神漬 大根 柿	チーズ	牛乳 ビスケット
16	金	おでん りんご 中華風たたききゅうり ふりかけ	たまご 油揚げ ちくわ 生揚げ ウィナー	こんにゃく ごま ふりかけ	大根 きゅうり りんご	煮豆	牛乳 ミニアメリカンドッグ
17	土	ナポリタン パナナ ちらしサラダ 麦茶	ベーコン かにかまぼこ	スウティ ケチャップ コーン マヨネーズ	玉ねぎ ビーマン 人参 パナナ マッシュルーム きゅうり キャベツ		麦茶 米菓子
18	日						
19	月	鮭の塩焼き オレンジ 炒り豆腐 キャベツのみそ汁	鮭 とうふ 鶏肉 油揚げ	ごま	しいたけ ねぎ 人参 オレンジ キャベツ チンゲン菜	ヨーグルト	スキムミルク 和菓子
20	火	メンチカツ 織キャベツ 柿 スパゲティサラダ 大根汁	豚肉 ハム	小麦粉 パン粉 コーン スウティ マヨネーズ 和風ドレッシング	キャベツ きゅうり 人参 柿 大根 玉ねぎ わかめ	ミニトマト	牛乳 揚げ菓子
21	水	肉豆腐 オクラ納豆 キウイフルーツ ほうれん草のごま和え たまごスープ	とうふ 豚肉 たまご 納豆	すりごま	玉ねぎ えのき ねぎ しょうが ほうれん草 オクラ キウイフルーツ	枝豆	牛乳 ケーキ
22	木	キーマカレー 福神漬 りんご ひじき煮 乳酸菌飲料	豚肉 大豆 乳酸菌飲料	じゃがいも カレールー コーン 糸こんにゃく	人参 玉ねぎ トマト なす 福神漬 ひじき しいたけ りんご	チーズ	フルーツポンチ
23	金	肉団子のあんかけ パナナ ツナサラダ 具だくさん野菜のチキンコンソメスープ	豚肉 ベーコン ツナ缶	バター すりごま 和風ドレッシング じゃがいも	キャベツ 人参 玉ねぎ パセリ バナナ もやし きゅうり	ふりかけ	プリン
24	土	焼きうどん 牛乳かん 大根サラダ 麦茶	豚肉 牛乳	ゆでうどん ごまドレッシング	キャベツ 人参 ねぎ 寒天 みかん缶 大根 きゅうり		麦茶 クッキー
25	日						
26	月	目玉焼き ボイルウィナー オレンジ 山菜と春雨炒め 小松菜のみそ汁	たまご ウィナー 油揚げ	春雨	しいたけ たけのこ 人参 わらび 小松菜 白菜 えのき オレンジ	ヨーグルト	ミロリススキムミルク 米菓子
27	火	アジフライ 織キャベツ キウイフルーツ ナゲット さつまいも汁	アジ 鶏肉	小麦粉 パン粉 さつまいも	キャベツ ごぼう 大根 人参 ねぎ キウイフルーツ	ミニトマト	手作りゼリー
28	水	豚肉のすき煮風 鮭フレーク パナナ ちくわの磯辺揚げ なめこ汁	豚肉 とうふ ちくわ 鮭フレーク	しらたき 天ぷら粉	白菜 えのき 人参 ねぎ あおさ なめこ 大根 パナナ	枝豆	牛乳 和菓子
29	木	高野豆腐とひき肉の煮物 グレープフルーツ 小松菜のごま和え なすのみそ汁	高野豆腐 鶏肉 油揚げ	片栗粉 すりごま	人参 しいたけ きくらげ 小松菜 なす キャベツ グレープフルーツ	ふりかけ	牛乳 ビスケット
30	金	チキンシチュー りんご きんぴらごぼう 牛乳	鶏肉 牛乳	じゃがいも シチュールー 糸こんにゃく ごま	玉ねぎ 人参 グリンピース ごぼう たけのこ れんこん りんご	チーズ	ジョア せんべい
31	土	山菜うどん パナナ 白菜とじゃこの塩昆布和え 麦茶	鶏肉 ナルト 油揚げ ちりめんじゃこ	干しうどん	わらび たけのこ えのき なめこ 人参 しいたけ 昆布 ねぎ パナナ 白菜 塩昆布		麦茶 米菓子

☆ 鯉ヶ沢町内認定こども園・保育所の共通メニューは3月までお休みになります。

※給食は月齢により、刻み等個々に調理しております。