

令和 3 年

10月 給食献立表

杉ノ子第二保育園

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	金	ご飯 味噌汁 鮭の塩こうじだれ蒸し焼き 根菜の煮物 蒸し野菜 果物（みかん）	牛乳 菓子	牛乳・生揚げ・みそ・削り節・煮干し・さけ・ぶたロース・鶏卵・ベーコン	菓子・精白米・塩こうじ・三温糖・糸こんにゃく・ごま油・マヨネーズ・お好み焼き粉・調合油	りょくとうもやし・みずな・長ねぎ・こねぎ・しょうが・れんこん・ごぼう・にんじん・乾しいたけ・くりかぼちゃ・みかん・キャベツ・コーン缶詰粒・たまねぎ
			お好み焼き 牛乳			
2	土	焼きそば 白菜スープ じゃが芋のそぼろ煮 ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・ぶたロース・なると・鶏ひき肉・ヨーグルト	菓子・中華めん・調合油・いりごま・じゃがいも・三温糖・食パン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・はくさい・長ねぎ・いちごジャム
			ジャムサンド 牛乳			
4	月	麻婆丼 五目スープ キャベツとハムのサラダ 果物（かき）	牛乳 菓子	牛乳・木綿豆腐・ぶたひき肉・みそ・ロースハム	菓子・精白米・調合油・三温糖・片栗粉・すりごま・クリームパン	長ねぎ・しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・ゆでたけのこ・チンゲンサイ・乾しいたけ・キャベツ・りょくとうもやし・かき
			パン 牛乳			
5	火	ふりかけご飯 味噌汁 鯖の中華焼き 切干大根の煮付け きゅうりの即席漬け 果物（みかん）	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト・みそ・削り節・煮干し・さば・油揚げ・ベーコン・生クリーム・パルメザンチーズ	精白米・ごま油・三温糖・調合油・ペンネ・オリーブ油	キャベツ・たまねぎ・塩わかめ・にんにく・切干しだいごん・にんじん・きゅうり・みかん・ぶなしめじ・エリンギ・パセリ
			クリームペンネ 麦茶			
6	水	牛乳パン 春雨スープ さつま芋コロッケー 茹でキャベツ マカロニソテー ピーチゼリー	果物（バナナ） 麦茶	鶏ひき肉・鶏卵・納豆	牛乳パン・緑豆はるさめ・さつまいも・薄力粉・パン粉・調合油・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ・オレンジゼリー・精白米・ごま油	バナナ・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・キャベツ・青ピーマン・トマトケチャップ・こねぎ
			納豆チャーハン 麦茶			
7	木	ご飯 味噌汁 肉豆腐 キャベツの中華風サラダ ヨーグルト	ジュース 菓子	油揚げ・みそ・削り節・煮干し・ぶたロース・木綿豆腐・ヨーグルト・牛乳	菓子・精白米・しらたき・調合油・三温糖・いりごま・ごま油・ぎょうざの皮・有塩バター	りんごジュース・だいごん・みずな・たまねぎ・にんじん・長ねぎ・ゆでたけのこ・乾しいたけ・しょうが・キャベツ・きゅうり・もみのり・冷凍くりかぼちゃ
			ぱりぱりパイ 牛乳			
8	金	ご飯 かきたまスープ 鶏のコーンフレーク焼き 厚揚げと野菜の煮付け 茹でキャベツ ジョア（1.2才 ヨーグルト）	牛乳 菓子	牛乳・鶏卵・若鶏もも皮なし・生揚げ・ヨーグルト・蒸しかまぼこ	菓子・精白米・片栗粉・マヨドレ・コーンフレーク・三温糖・マヨネーズ・ゆでうどん	たまねぎ・にんにく・しょうが・にんじん・だいごん・キャベツ・きゅうり・ほうれんそう・長ねぎ・乾しいたけ
			おかめうどん 麦茶			
9	土	ミートソーススパゲティ 若布スープ オリエンタルサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・鶏ひき肉・ぶたひき肉・パルメザンチーズ・若鶏ささ身・ヨーグルト・まぐろ油漬缶詰	菓子・マカロニ・スパゲティ・有塩バター・三温糖・調合油・いりごま・コーンフレーク・ごま油・精白米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・ホールトマト・トマトケチャップ・塩わかめ・長ねぎ・キャベツ・きゅうり・乾しいたけ
			炊き込みご飯 麦茶			
11	月	三色ご飯 すまし汁 豚しゃぶみそだれ 果物（みかん）	牛乳 菓子	牛乳・鶏ひき肉・鶏卵・削り節・ぶたロース・みそ・いかなごつくた煮・きな粉	菓子・精白米・三温糖・調合油・ロールパン	にんじん・さやいんげん・だいごん・えのきたけ・まごんぶ・キャベツ・りょくとうもやし・みかん
			きなこパン 麦茶			
12	火	チキンカレー 味噌汁 ツナサラダ 果物（りんご）	麦茶 ヨーグルト	ヨーグルト・若鶏もも皮なし・油揚げ・煮干し・削り節・みそ・まぐろ油漬缶詰・パルメザンチーズ・脱脂粉乳・牛乳	精白米・調合油・有塩バター・薄力粉・三温糖	たまねぎ・ホールトマト・しょうが・にんにく・りょくとうもやし・ほうれんそう・キャベツ・きゅうり・にんじん・りんご
			★チーズスキムクッキー 牛乳			
13	水	ロールパン かぼちゃクリームスープ 鶏肉のりんごソースがけ 茹で人参 フロッコリーの塩ゆで ヨーグルト	果物（バナナ） 麦茶	牛乳・若鶏もも皮なし・ヨーグルト・まぐろ油漬缶詰	ロールパン・片栗粉・三温糖・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ・オリーブ油	バナナ・冷凍くりかぼちゃ・たまねぎ・パセリ・りんご・にんじん・フロッコリー・にんにく・ホールトマト・トマトケチャップ・オレンジジュース
			ツナトマトスパゲティ ジュース			
14	木	鶏ごぼうご飯 味噌汁 焼き豚サラダ 果物（バナナ）	ジュース 菓子	若鶏もも皮なし・油揚げ・削り節・煮干し・みそ・焼き豚・牛乳	菓子・精白米・三温糖・調合油・釜焼きふ・マヨネーズ・じゃがいも・片栗粉	りんごジュース・ごぼう・こねぎ・たまねぎ・こまつな・キャベツ・きゅうり・にんじん・バナナ
			じゃが芋たんぼ 牛乳			
15	金	ふりかけご飯 味噌汁 はんぺんの磯辺揚げ 切り干し大根の甘酢和え 蒸し野菜 果物（みかん）	牛乳 菓子	牛乳・生揚げ・みそ・削り節・煮干し・はんぺん・ぶたロース	菓子・精白米・天ぷら粉・調合油・三温糖・さつまいも・マヨネーズ・ごま油	キャベツ・えのきたけ・あおのり・切干しだいごん・りょくとうもやし・きゅうり・にんじん・みかん・ゆでたけのこ・乾しいたけ
			中華おこわ 麦茶			

※乳児のマヨネーズは、卵のないっていいいものを使用しています。
※おやつの上段は、乳児の午前のおやつです。
※材料の入荷状況により、献立を変更する場合があります。
※★マークは新メニューです。



保護者	園長	栄養士

令和 3 年

10月 給食献立表

杉ノ子第二保育園

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
16	土	味噌煮込みうどん かぼちゃの甘煮 ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・ぶたロース・油揚げ・ みそ・削り節・ヨーグルト・ フロセスチーズ	菓子・ゆでうどん・調合油・三 温糖・食パン・マヨネース	にんじん・長ねぎ・ほうれんそう・ ごぼう・はくさい・冷凍くりかぼ ちゃ・焼きのり
			のりチーズサンド 牛乳			
18	月	ごま塩ご飯 味噌汁 千草焼き 蒸し野菜 かぶの甘酢漬け ヨーグルト	牛乳 牛乳 菓子	牛乳・絹ごし豆腐・みそ・煮 干し・削り節・鶏卵・鶏ひき 肉・ヨーグルト	あられ・精白米・ごましお・調 合油・三温糖・マヨネース・さ つまいも・グラニュー糖	なめこ・長ねぎ・乾しいたけ・にん じん・切りみつぼ・くりかぼちゃ・ かぶ・きゅうり
			さつま芋スティック 牛乳			
19	火	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ フロッコリーの塩ゆで 粉ふき芋 ヤクルト	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト・油揚げ・赤色辛 みそ・削り節・煮干し・木綿 豆腐・鶏ひき肉・乳酸菌飲 料・ぶたロース・牛乳	精白米・片栗粉・三温糖・マヨ ネース・じゃがいも・中華め ん・調合油	キャベツ・長ねぎ・にんじん・たま ねぎ・れんこん・生しいたけ・えの きたけ・フロッコリー・バセリ・青 ピーマン
			焼きそば 牛乳			
20	水	牛乳パン もやしのスープ 豚肉のデミグラソース焼き さつまいものサラダ 茹でキャベツ ゼリー	果物 (バナナ) 麦茶	ベーコン・ぶたロース	牛乳パン・いりごま・調合油・ さつまいも・マヨネース・オレ ンジゼリー・精白米	バナナ・りょくとうもやし・生しい たけ・トマトケチャップ・にんじ ん・きゅうり・キャベツ
			おにぎり 麦茶			
21	木	お赤飯 すまし汁 鮭のパン粉焼き 茹で野菜 フロッコリーの塩ゆで スパゲティソテー	ジュース 菓子	ささげ・木綿豆腐・削り節・ さけ・ヨーグルト	菓子・ごましお・オリーブ油・ パン粉・マヨネース・マカロ ニ・スパゲティ・調合油・ ショートケーキ	りんごジュース・えのきたけ・長ね ぎ・ほうれんそう・バセリ・にんに く・キャベツ・にんじん・フロッコ リー・たまねぎ・青ピーマン・トマ トケチャップ
			ケーキ 麦茶			
22	金	青菜ご飯 野菜スープ 鶏肉の唐揚げ ポテトフライ 煮付け スティックキュウリ みかん	牛乳 菓子	牛乳・若鶏もも皮なし・さつ ま揚げ	菓子・精白米・片栗粉・調合 油・フライドポテト・三温糖・ 食パン・粉糖	たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ ・しょうが・にんにく・だいご ん・きゅうり・みかん・レモン果汁
			ホワイトラスク 牛乳			
23	土	スパゲティオボリダン えのきのスープ フロッコリーのサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・ロースハム・ベーコ ン・パルメザンチーズ・なる と・ヨーグルト	菓子・マカロニ・スパゲティ・ 調合油・精白米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・ ホールトマト・トマトケチャップ・ えのきたけ・キャベツ・フロッコ リー・冷凍コーン
			おにぎり 麦茶			
25	月	ご飯 味噌汁 ドライビーンズ シルバーサラダ 果物 (梨)	牛乳 菓子	牛乳・油揚げ・みそ・削り 節・煮干し・大豆水煮缶詰・ ぶたひき肉・ロースハム・焼 き豚・なると	あられ・精白米・調合油・三温 糖・緑豆はるさめ・マヨネー ス・中華めん	りょくとうもやし・長ねぎ・たまね ぎ・にんじん・ほうれんそう・ホー ルトマト・にんにく・しょうが・ト マトケチャップ・きゅうり・なし・ 冷凍コーン
			ラーメン 麦茶			
26	火	若布ごはん 味噌汁 カジキマグロの竜田揚げ スパゲティのサラダ 茹で野菜 果物 (バナナ)	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト・生揚げ・赤色辛 みそ・削り節・煮干し・めか じき・フロセスチーズ・ロー スハム・ぶたひき肉	精白米・片栗粉・調合油・マカ ロニ・スパゲティ・オリーブ 油・マヨネース・三温糖・ごま 油	乾わかめ・たまねぎ・チンゲンサイ ・しょうが・きゅうり・キャベ ツ・りょくとうもやし・バナナ・ゆ でたけのこ・乾しいたけ
			肉まん 麦茶			
27	水	フリオッシュパン コーンスープ 真珠煮し ほうれん草のソテー 茹で人参 ヨーグルト	果物 (バナナ) 麦茶	鶏ひき肉・ヨーグルト・油揚 げ	フリオッシュパン・片栗粉・有 塩バター・調合油・マヨネー ス・精白米・三温糖・いりごま	バナナ・冷凍コーン・たまねぎ・に んじん・チンゲンサイ・長ねぎ・ しょうが・ほうれんそう・りょくど うもやし
			いなり寿司 麦茶			
28	木	ご飯 さつま汁 鮭の塩焼き きゃべつともやしのおかか和え きゅうりの即席漬け 果物 (みかん)	ジュース 菓子	生揚げ・ぶたロース・みそ・ さけ・削り節・牛乳	菓子・精白米・さつまいも・糸 こんにゃく・調合油・食パン	りんごジュース・にんじん・だいご ん・生しいたけ・長ねぎ・はくさ い・ごぼう・キャベツ・りょくど うもやし・きゅうり・みかん・いちご ジャム
			ジャムサンド 牛乳			
29	金	ふりかけご飯 味噌汁 お好み焼き風厚焼き卵 大根とツナの昆布和え フロッコリーの塩ゆで ゼリー	牛乳 菓子	牛乳・みそ・削り節・煮干 し・サラダ竹輪・鶏卵・かつ お節・まぐろ油漬缶詰	菓子・精白米・車ふ・調合油・ マヨネース・オレンジゼリー・ 薄力粉・三温糖・有塩バター	塩わかめ・たまねぎ・キャベツ・あ おのり・だいごん・にんじん・塩昆 布・フロッコリー・くりかぼちゃ
			ハロウィンマドレーヌ 牛乳			
30	土	カレーうどん グリーンサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・ぶたロース・ヨーグル ト・まぐろ油漬缶詰	菓子・ゆでうどん・調合油・食 パン・マヨネース	たまねぎ・にんじん・長ねぎ・キャ ベツ・きゅうり
			ツナサンド 牛乳			