

きらら保育園 令和2年度10月 献立表

日付	曜日	午前のおやつ (未満児のみ)	献立			午後のおやつ	備考
			主食	副食	未満児		
1	木	ビスケット	ご飯	牛肉と根菜のごまみそ炒め じゃこ和え 白菜のすまし汁	果物	マドレーヌ	食事マナーの日
2	金	きな粉蒸しパン	ご飯	魚の竜田揚げオーロラソース(付) コーン・ブロッコリー ほうれん草のキッシュ コンソメスープ	果物	★磯辺焼き風大根もち	
3	土	クラッカー		★焼きそばジャージャー麺 野菜スープ 果物		ごまちゃんすこう	
4	日						
5	月	シュガートースト		厚揚げ豆腐とひき肉のあんかけ丼 梨ときゅうりのごま酢和え えのきのみそ汁	チーズ	★ココアフレックッキー	
6	火	せんべい	ご飯	魚のみそ煮(付) わかめ・人参 ブロッコリーとささみのサラダ 大根のすまし汁 果物		りんごとさつま芋のケーキ	
7	水	ウエハース	ご飯	鶏の唐揚げ(付) ミニトマト・枝豆 青菜の梅おほかた和え 中華スープ	果物	★きなこのショートブレッド	
8	木	ゆかりおにぎり	ご飯	肉じゃが 大根サラダ キャベツのみそ汁	果物	★バナナおやつ春巻き	
9	金	クラッカー	ご飯	魚のチーズピカタ(付) パプリカ・むぎ枝豆 栄養金平 ぶのすまし汁	果物	ペーコンエッグトースト	
10	土	ビスケット		★あんかけチャーハン きのことスープ 果物		クラッカーミニピザ	
11	日						
12	月	ジャムパン	青菜ご飯	タイピーエン ★餃子 果物		白玉の黒蜜かけ	食育の日
13	火	ビスケット	ご飯	魚の磯辺揚げ(付) ミニトマト・コーン 納豆サラダ もやしのスープ	果物	プリンアラモード	
14	水	せんべい	ご飯	鶏肉の香味焼き(付) キャベツ・人参 小松菜のナムル しめじのみそ汁	果物	★きんぴらそぼろおやき	
15	木	果物	ご飯	豚肉と野菜のみそ煮込み かぶの甘酢和え 豆腐のすまし汁		★カップチーズケーキ	
16	金	クッキー	ご飯	魚のムニエル(付) いんげん・コーン 里芋と野菜のそぼろ煮 わかめスープ 果物		ソースカツサンド	セルフサンドの日
17	土	チーズ		チキンライス 卵スープ 果物		オレンジマフィン	運動会
18	日						
19	月	ビスケット	パン	ミートボールシチュー コールスロー 果物		きのご飯のおにぎり	セルフおにぎり
20	火	せんべい	ご飯	魚と野菜の甘酢あんかけ ★レバーの中華炒め ぶのみそ汁	果物	ハッシュドポテト	
21	水	ふかし芋	ご飯	牛肉と白菜のうま煮 白和え キャベツのすまし汁	果物	★ウインナー揚げパン	
22	木	ウエハース	栗ご飯	鶏の照り焼き(付) 人参・ブロッコリー ごぼうのツナサラダ 野菜スープ ココバナケーキ		★シュガークッキー	お誕生会
23	金	クッキー	ご飯	魚の塩焼き(付) キャベツ・パプリカ ひじきの炒り煮 かぼちゃのみそ汁	果物	モンブラン	お弁当箱の日
24	土	クラッカー		★カレーうどん ちくわのチーズ焼き 果物		シナモンラスク	
25	日						
26	月	ビスケット		五目親子丼 きゅうりの酢の物 白菜のみそ汁	果物	★ごま焼きもち	
27	火	せんべい	ご飯	魚の甘辛みぞれかけ(付) いんげん マカロニサラダ 青菜のすまし汁	果物	フルーツクレープ	
28	水	丸ボーロ	ご飯	きのごぼろチップ れんこんのごま和え 油揚げのみそ汁 果物		コーン蒸しパン	
29	木	クッキー	ご飯	ささみのフライ(付) レタス・ミニトマト 白菜の和風和え けんちん汁	果物	いきなり団子	
30	金	わかめおにぎり	ご飯	魚のねぎみそマヨ焼き(付) いんげん・人参 ★切干大根の卵炒め わかめのみそ汁	果物	かぼちゃのスコーン	
31	土	ビスケット		炊き込みご飯 玉ねぎのみそ汁 果物		豆腐の焼ドーナツ	

- ・ おやつには全て牛乳が付きます。
- ・ 都合により献立が変更になる場合があります。
- ・ ★は新メニューになります。