

献立予定表



阿見町学校給食センター〈保育所〉

日	曜	主 食	牛乳	お か ず	献立や食品のメッセージ	家庭で食べてほしい食品	お や つ
1	水	ロールパン		照り焼きチキン 花野菜のサラダ(ドレッシング) ポテトスープ		魚介類 種実類	アンパンマン ビスケット 洋なしコンポート
2	木	ごはん		ほっけの西京焼き かにかま和え さつまいも入りけんちん汁		肉 類 緑黄色野菜	バナナ ジョア(プレーン)
3	金	ごはん		うさぎさんハンバーグ ツナサラダ お月見汁		豆 類 海藻類	お月見ゼリー ハッピーターン
6	月	ごはん		白身魚の天井風 和風サラダ(ドレッシング) 豚汁	十五夜とは昔の暦(こよみ)のうえて8月15日の夜のことです。(現在の暦では9月～10月初旬ごろ)「中秋の名月」ともいい、1年で最も月がきれいに見えることから、月を眺めるお月見の風習があります。ちょうど、農産物の収穫時期に当たるため、季節の野菜や果物、満月に見立てた、お月見団子をお供えし、収穫に感謝する意味もあります。今年の十五夜は、10月6日です。	いも類 種実類	ガトーショコラ 野菜生活(緑)
7	火	ごはん		三色そばろ わかめスープ オレンジゼリー		魚介類 乳 類	スイートポテト きになる野菜 (アップル&キャロット)
8	水	ソフトめん		けんちんうどん汁 もやしとツナのごま和え 大学いも(2個)		豆 類 果物類	ヨーグルト ばかうけ
9	木	ごはん		★とんかつ りっちゃんサラダ 白菜と肉団子のスープ	毎年10月10日は、目の愛護デーです。10月10日に定められた理由は、数字の「10」を横に倒すと眉と目に見えることから来ています。ユニークな理由ですが、近年スマートフォンやパソコンの普及から子どもたちも目の健康、視力の重要性を伝える機会となっています。	魚介類 緑黄色野菜	純米せんべい カスタードプリン
10	金	ごはん		ビタミンたっぷりカレー チキンナゲット(2個) 巨峰(きょうほう)ゼリー和え		豆 類 小 魚	かためきチーズ アンパンマン ソフトせんべい
14	火	ごはん		さんまのしょうが煮 のり酢和え かきたま汁		いも類 種実類	バナナの ステックケーキ 野菜&フルーツジュース
15	水	ロールパン		フランクフルトソテー イタリアンサラダ パンプキンスープ	毎年10月10日は、目の愛護デーです。10月10日に定められた理由は、数字の「10」を横に倒すと眉と目に見えることから来ています。ユニークな理由ですが、近年スマートフォンやパソコンの普及から子どもたちも目の健康、視力の重要性を伝える機会となっています。	魚介類 きのこ類	源氏パイ パインゼリー
16	木	ごはん		鶏肉のレモン煮 かみかみサラダ バターナッツかぼちゃ入りみそ汁		乳 類 卵 類	原宿ドック (ココア) 星たべよ
17	金	ごはん		ハヤシライス バンバンジーサラダ ヨーグルト		小 魚 海藻類	アンパンマン 揚げせんべい ぶどうジュース
20	月	ごはん		★かつおカツ キャベツのゆず和え 鍋焼きラーメン	よくかむことで、消化・吸収がよくなったり、虫歯を防いだり、肥満予防の効果があります。	肉 類 種実類	たまごプリン こめ棒くん
21	火	ごはん		スタミナ焼肉 アルファベットスープ フルーツポンチ		魚介類 いも類	クリームパン 麦茶
22	水	中華めん		みそラーメンスープ たこナゲット(2個) ささみのサラダ		卵 類 きのこ類	ソフトサラダせんべい ジョア (ブルーベリー)
23	木	ごはん		ハンバーグきのこソース カラフルサラダ ワンタンスープ	本郷小学校からのメッセージです。このように小学校・中学校からのリクエスト献立は、各学校でいろいろ工夫して考えてくれています。毎月楽しみです。	海藻類 豆 類	みかんクレープ きになる野菜 (白ぶどう)
24	金	ごはん		鶏肉の甘だれかけ ツナと大根のサラダ(ドレッシング) 中華スープ		乳 類 いも類	ホームパイ 野菜生活(紫)
27	月	ごはん		豚肉のしょうが焼き かにかまと切り干し大根のサラダ 白菜スープ		きのこ類 小 魚	さつまいもと 栗のタルト りんごジュース
28	火	ごはん		カレーマーボー豆腐 ◎ぎょうざ(2個) チョレギサラダ	朝ごはんは体の目覚まし! 一日を元気に過ごすために しっかり食べましょう!	いも類 卵 類	いちごヨーグルト アンパンマン お野菜せんべい
29	水	ロールパン		オムレツ(ケチャップ) ジャーマンポテト コーンポタージュ		魚介類 種実類	新潟仕込み 塩味 チョコプリン
30	木	ごはん		すき焼き風煮 ★ほたて風味カツ 小松菜と油揚げのごま和え	10月31日は、ハロウィンです。ヨーロッパから始まったお祭りで、秋の収穫のお祝いと悪霊を追い出す行事です。子どもたちは、仮装を楽しんだり、お菓子が貰える行事だと思っているかもしれませんね。 ハッピーハロウィン!	海藻類 乳 類	ラ・フランスゼリー ばかうけ
31	金	ごはん		ポークカレー ハムとコーンのサラダ かぼちゃプリン		魚介類 きのこ類	アップルシャーベット ハッピーターン

※材料の都合により、献立内容が変更になる場合もあります。

※7日のオレンジゼリーは、備蓄のものを使用します。

★ソース ◎しょうゆ