

# 2022年10月梶原ピッコロ保育園献立表

	1日	3日	4日
昼食	中華丼 味噌汁	ごはん じゃこの佃煮風 豚ニラ玉 わかめスープ	ごはん つくねバーグ 小松菜の胡麻和え 味噌汁
3時	ごま塩おにぎり	コーンライス	あんサンド ノンホモ牛乳
	5日	6日	7日
昼食	五目うどん 卵の花	ごはん 鮭のみそ焼き 白菜の刻みのり和え すまし汁	ごはん 鶏の天ぷら もやしの酢の物 味噌汁
3時	五平餅	黒糖プリン フルーツ ノンホモ牛乳	わかめごはん
	11日	12日	13日
昼食	豚みそうどん 黒豆煮	ごはん 鶏肉のチーズ焼き キャベツサラダ きのこスープ	ごはん はまちの塩焼き おひたし 味噌汁
3時	青菜おにぎり	さつまいもケーキ フルーツ ノンホモ牛乳	フルーツポンチ 野菜サラダ
	14日	15日	17日
昼食	ごはん 南瓜コロツケ ほうれん草の白和え 味噌汁	親子どんぶり 味噌汁	ごはん 豚肉と大根の煮物 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁
3時	ねぎみそおにぎり	じゃが餅 フルーツ	もちもちパン フルーツ ノンホモ牛乳
	18日	19日	20日
昼食	ごはん 梅干し 牛肉ときのこの炒め物 味噌汁	イタリアンスパゲッティ 南瓜サラダ	ごはん 鱈の海苔パン粉焼き ほうれん草のソテー かきたま汁
3時	胡麻クッキー フルーツ ノンホモ牛乳	のり塩おにぎり さつまいもの茎煮	味噌チヂミ フルーツ ノンホモ牛乳

10月

	21日	22日	24日
昼食	ごはん ふくさ焼き もやしサラダ 味噌汁	マーボー丼 味噌汁	ごはん ふりかけ 筑前煮 味噌汁
3時	りんご蒸しパン ノンホモ牛乳	そばろおにぎり	焼きおにぎり
	25日	26日	27日(ピッコロレストラン)
昼食	ごはん かき揚げ 小松菜のおかかあえ 味噌汁	ごはん あらめ煮 豚汁	カレー(ごはんorパン) 野菜サラダ
3時	黒糖流し焼き フルーツ ノンホモ牛乳	赤飯	お菓子 フルーツ ノンホモ牛乳
	28日(郷土料理)	29日	31日
昼食	ごはん いわしのかば焼き ほうれん草としめじのおひたし おざく(静岡)	牛丼 味噌汁	肉うどん 切り干し大根の煮物
3時	鉄砲巻き(千葉)	ふかしいも フルーツ	お菓子 フルーツ ノンホモ牛乳