

# 2023年10月梶原ピッコロ保育園献立表

|    | 2日                                | 3日                                 | 4日                                 |
|----|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| 昼食 | ごはん<br>じゃこの佃煮風<br>豚にら炒め<br>味噌汁    | ごはん<br>鱈のみそ焼き<br>卵の花<br>すまし汁       | ごはん<br>鶏の照り焼き<br>マカロニサラダ<br>味噌汁    |
| 3時 | ふかし芋<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳            | 素麺おやき<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳            | ごまおかかおにぎり                          |
|    | 5日                                | 6日                                 | 7日                                 |
| 昼食 | ごはん<br>ぬか漬け<br>肉豆腐<br>味噌汁         | ごはん<br>はまちの塩焼き<br>切り干し大根の煮物<br>味噌汁 | 豚丼<br>味噌汁                          |
| 3時 | あんこ蒸しパン<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳         | キャベツ焼き<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳           | 梅じそおにぎり                            |
|    | 10日                               | 11日                                | 12日                                |
| 昼食 | ごはん<br>かき揚げ<br>ほうれん草のおかか和え<br>味噌汁 | きのこごはん<br>かぼちゃ煮<br>吉野汁             | ごはん<br>つくねバーグ<br>きゅうりの酢の物<br>味噌汁   |
| 3時 | きな粉クッキー<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳         | 五平餅                                | 抹茶流し焼き<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳           |
|    | 13日                               | 16日                                | 17日                                |
| 昼食 | ごはん<br>鰯の煮つけ<br>白菜の胡麻和え<br>味噌汁    | 菜めし<br>味噌汁                         | ごはん<br>鱈のみそ焼き<br>卵の花<br>すまし汁       |
| 3時 | 豚みそおにぎり                           | お菓子<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳              | 素麺おやき<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳            |
|    | 18日                               | 19日                                | 20日                                |
| 昼食 | ごはん<br>鶏の照り焼き<br>マカロニサラダ<br>味噌汁   | ごはん<br>チキンカツ<br>秋の彩りサラダ<br>味噌汁     | ごはん<br>はまちの塩焼き<br>切り干し大根の煮物<br>味噌汁 |
| 3時 | ごまおかかおにぎり                         | りんごロールケーキ<br>ノンホモ牛乳                | キャベツ焼き<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳           |

10月

|    | 21日                | 23日                              | 24日                               |
|----|--------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| 昼食 | 豚丼<br>味噌汁          | 根菜カレー<br>野菜サラダ                   | ごはん<br>かき揚げ<br>ほうれん草のおかか和え<br>味噌汁 |
| 3時 | 梅じそおにぎり            | さつまいも饅頭<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳        | きな粉クッキー<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳         |
|    | 25日                | 26日                              | 27日                               |
| 昼食 | ごはん<br>あらめ煮<br>ぶた汁 | ごはん<br>つくねバーグ<br>きゅうりの酢の物<br>味噌汁 | ごはん<br>鰯の煮つけ<br>白菜の胡麻和え<br>味噌汁    |
| 3時 | 赤飯                 | 抹茶流し焼き<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳         | 豚みそおにぎり                           |
|    | 28日                | 30日                              | 31日                               |
| 昼食 | マーボー丼<br>玉ねぎスープ    | 菜めし<br>味噌汁                       | ごはん<br>さんまの塩焼き<br>卵の花<br>すまし汁     |
| 3時 | しらすおにぎり            | お菓子<br>フルーツ<br>ノンホモ牛乳            | 五目ご飯(防災)                          |