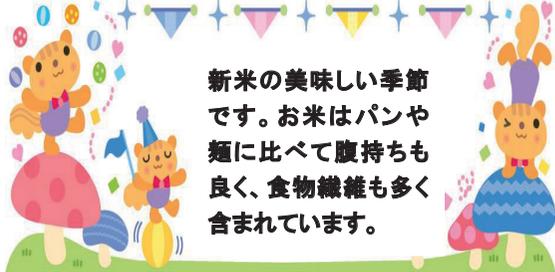


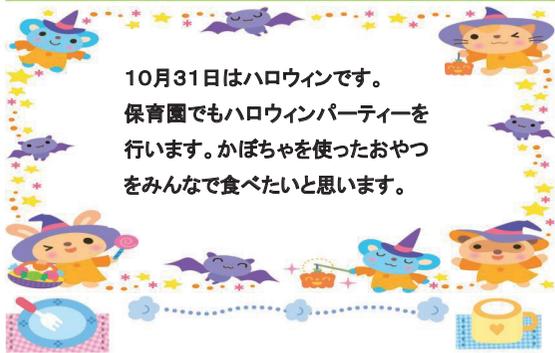
10 がつこんだて

平成 28 年 10 月 1 日 社会福祉法人三心会 織笠保育園

あきのみかくにふれよう



新米の美味しい季節です。お米はパンや麺に比べて腹持ちも良く、食物繊維も多く含まれています。



10月31日はハロウィンです。保育園でもハロウィンパーティーを行います。かぼちゃを使ったおやつをみんなで食べたいと思います。



- ・炊き込みご飯
- ・フライドポテト
- ・鶏肉の竜田揚げ
- ・スイートポテトサラダ
- ・スープ
- ・フルーツ

14日(木)
誕生会メニュー

★お箸セット、おしぼりはきれいにしてお持ち帰り下さい。

★食材の都合により献立を変更する場合があります。

ご了承ください。

★以上児のカロリーは副食給食のみのカロリーとなっております。主食(ご飯)のカロリーは含まれていません。

★(参考) 主食・ご飯 110g (目安) のカロリーは 185 Kcal です。

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価カロリー	
			全 園 児			未満児	以上児
1	土	麦茶・せんべい	チキンライス・野菜スープ・グレープフルーツ		お菓子		
2	日						
3	月	牛乳・ビスコ	鶏肉のマーマレード焼き・マカロニサラダ・トマト・野菜スープ・オレンジ		牛乳・せんべい	476	303
4	火	麦茶・えびせん	鱈のパン粉焼き・じゃが芋の甘辛煮・お浸し・豆腐の味噌汁・りんご		ジョア・クッキー	436	327
5	水	牛乳・クラッカー	すき焼き風煮・大根サラダ・枝豆・白菜の味噌汁・グレープフルーツ		牛乳・ビスケット	521	321
6	木	100%ジュース・プリッツ	鮭フライ・筑前煮・野菜のゆかり和え・なめこの味噌汁・バナナ		ヨーグルト	481	342
7	金	牛乳・せんべい	シューマイ・春雨サラダ・枝豆・中華スープ・オレンジ		牛乳★スイートポテト	568	381
8	土	麦茶・クッキー	スパゲッティ・ミートソース・野菜スープ・グレープフルーツ		お菓子		
9	日						
10	月		体 育 の 日				
11	火	★フルーツヨーグルト	鶏肉の甘辛煮・ポテトサラダ・トマト・卵スープ・オレンジ		牛乳・せんべい	510	369
12	水	牛乳・クッキー	鮭のホイル焼き・さつま芋の天ぷら・野菜のごまよごし・豆腐の味噌汁・柿		★オレンジゼリー	538	380
13	木	牛乳・ビスコ	カレーライス・コーンサラダ・茹で卵・コンソメスープ・グレープフルーツ		麦茶★おにぎり	589	375
14	金	ジョア・えびせん	誕 生 会		プリン	696	542
15	土	麦茶・せんべい	ちゃんぽんうどん・ミニジュース・バナナ		お菓子		
16	日						
17	月	牛乳・ビスケット	さんまの蒲焼風・五目きんぴら・青菜のナムル・すまし汁・りんご		牛乳★チーズケーキ	643	514
18	火	麦茶・バナナ	肉じゃが・ビーフンソテー・おかか和え・若布の味噌汁・グレープフルーツ		牛乳★開口笑	551	465
19	水	ヨーグルト	鶏肉の照り焼き・きんぴらごぼう・レモン煮・すまし汁・バナナ		100%ジュース・クッキー	444	302
20	木	牛乳・卵ボーロ	炒り豆腐・ジャーマンポテト・青菜の板かま和え・大根の味噌汁・オレンジ		麦茶・せんべい	493	319
21	金	牛乳・クラッカー	ミートボール・野菜炒め・茹でブロッコリー・コンソメスープ・りんご		牛乳・ビスケット	566	377
22	土	牛乳・クッキー	親子丼・すまし汁・オレンジ		お菓子		
23	日						
24	月	牛乳・クッキー	マカロニグラタン・スパゲッティソテー・トマト・野菜スープ・グレープフルーツ		牛乳・ビスケット	629	455
25	火	麦茶・せんべい	鱈の洋風焼き・じゃが芋の炒め煮・フレンチサラダ・若布の味噌汁・バナナ		牛乳★クッキー	455	322
26	水	牛乳・卵ボーロ	豚肉の生姜焼き・かぼちゃの天ぷら・ゆかり和え・すまし汁・オレンジ		100%ジュース・せんべい	480	303
27	木	牛乳・おととつと	八宝菜・炒合菜・茹でブロッコリー・中華スープ・りんご		牛乳★フルーツきんとん	543	391
28	金	牛乳・ビスケット	つくね焼き・ひじき煮・しょうゆフレンチ・豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳・かりんとう	549	374
29	土	麦茶・せんべい	カレーうどん・乳酸飲料・オレンジ		お菓子		
30	日						
31	月	牛乳・えびせん	ローストチキン・五目煮・浸し和え・すまし汁・りんご		牛乳★手作りパン	548	385