

給食献立表

10月

October

社会福祉法人 大谷会
安桜保育園

	献立	間食(手作りおやつ)		カロリー
		未満児	以上児	未満児/以上児
1	水 カレーライス フルーツポンチ チキンナゲット	ゼリー	ソフトせん まめびよ	498/644
2	木 ご飯 酢豚風 かき卵汁 野菜の和え物	ヨーグルト	♪ラスク フルーツ牛乳	436/535
3	金 ご飯 鶏の照り焼き ジャーマンポテト みそ汁	バナナ	キャラメルコーン ジュース	624/669
4	土 パン 牛乳 バナナ ゼリー			474/535
5	日			
6	月 萩ご飯 ポテトサラダ 唐揚げ 麩のすまし汁	オレンジ	♪きな粉おはぎ お茶	511/572
7	火 かみかみライス 和え物 みそ汁 ゼリー	ゼリー	かにビス 牛乳	436/534
8	水 牛丼 酢の物 みそ汁	バナナ	おにぎりせんべい ジョア	540/621
9	木 パン 牛乳 สปาゲッティー スープ	ヨーグルト	焼きおにぎり 乳酸菌	546/687
10	金 栗ご飯 魚の煮付け きつね汁 サラダ	バナナ	ミレー ビタヨーグル	582/685
11	土 パン 牛乳 バナナ ゼリー			484/554
12	日			
13	月			
14	火 カレーうどん いなり寿司 コロッケ チーズ	ゼリー	♪ジャムパン ジュース	667/673
15	水 ご飯 肉じゃが 小松菜の和え物 カニ風味汁	バナナ	せんべい 牛乳	463/571
16	木 ご飯 ごぼうのカレー煮 ゆかり和え 豆腐のスープ	オレンジ	ドーナツ 飲むヨーグルト	583/648
17	金 チキンライス ツナコーンサラダ スープ ゼリー	ヨーグルト	揚げせん ジュース	426/529
18	土			
19	日 運動会			
20	月 ご飯 大豆の五目煮 サラダ みそ汁	ゼリー	おととつと 牛乳	525/578
21	火 ウインナーピラフ コールスローサラダ わかめスープ	バナナ	星たべよ アシド	489/561
22	水 カレーライス フルーツポンチ ミニハンバーグ	ヨーグルト	♪ホットケーキ ジョア	557/626
23	木 パン 牛乳 チリコンカーン レタスのスープ ブロッコリーのサラダ	オレンジ	ぼたぼた焼き 乳酸菌	490/565
24	金 五目ご飯 春雨サラダ かき卵汁	ゼリー	チーズ蒸しパン まめびよ	615/680
25	土 パン 牛乳 バナナ ゼリー			489/565
26	日			
27	月 ハンバーガー 牛乳 ミネストローネ サラダ	オレンジ	プリンアラモード	511/620
28	火 ソースカツ丼 ざく煮 ごま酢和え	ゼリー	♪揚げパン 幼児リンゴ	547/622
29	水 ハヤシライス マカロニサラダ ヨーグルト	ヨーグルト	原宿ドック ジョア	556/632
30	木 ご飯 魚の西京焼き 切り干し大根の煮物 さつま汁	バナナ	ビスコ 牛乳	567/680
31	金 カレーピラフ かぼちゃサラダ トマトのスープ	ゼリー	♪スイートポテト アシド	506/592

10月は「食品ロス削減月間」!

日本の1年間での食品ロスの量は、約522万トン^{^_^};

もったいないの気持ちを大切に、家庭での食品ロスの削減にこの機会に取り組んでみてください。

