



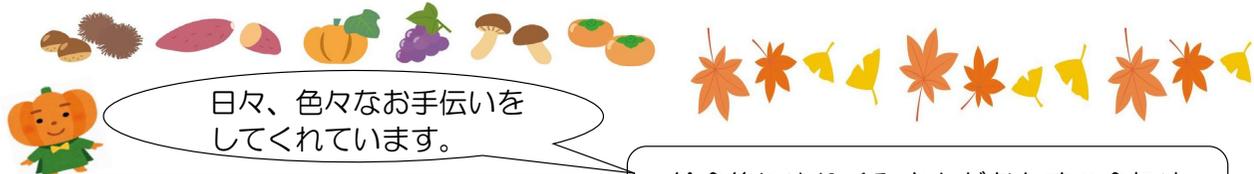
# 給食だより



朝晩は夏の暑さが少しずつ和らぎ、秋の訪れを感じるようになってきました。秋といえば『食欲の秋』です。根菜やきのこ類、果物が美味しい季節になります。

今月の給食は、秋の味覚をたくさん使った献立になっています。旬の食材を味わって、実りの秋を楽しんでいきましょう。

今月はお芋ほりがあります。こどもたちが収穫してくれたお芋を、おやつでふかし芋にして食べようと思います。楽しみにしててくださいね。



日々、色々なお手伝いをしてくれています。

給食後にゆりぐみさんがおかずの食缶ややかんなどをおろしてくれています。

園庭で育てた南瓜を収穫しました。おやつ時間に南瓜のバター焼きにして美味しく頂きました。



## レシピ紹介

### 【竹輪のカレーマヨ焼き】

人気メニューです♪



#### 材料（1人前）

- 竹輪 2本
- マヨドレ 5g
- カレー粉 0.1g

#### 作り方

- 竹輪を縦半分に切る。
- 竹輪にマヨドレとカレー粉をからめる。
- オーブントースターで5～6分焼き色がつくまで焼く。

日付	曜日	昼食	材料	おやつ
28	月	・ごはん ・秋刀魚のかば焼き ・小松菜と厚揚げの煮浸し ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・秋刀魚（醤油、砂糖、みりん、酒、生姜、片栗粉、油） ・小松菜、白菜、厚揚げ、人参（醤油、砂糖、みりん、酒） ・じゃが芋、わかめ、青ねぎ（味噌）	・牛乳 ・豆腐のガトーショコラ （小麦粉、砂糖、ココア、豆腐、豆乳、オリーブ油、BP、ドーナツシュガー）
1 15 29	火	・ごはん ・鶏肉のガーリックボン酢焼き ・南瓜サラダ ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・鶏肉（ボン酢、にんにく、酒） ・南瓜、胡瓜、人参、ベーコン（マヨドレ、酢、塩胡椒） ・キャベツ、油揚げ、青ねぎ（味噌）	・牛乳 1日・カスタードリング 15日・ジャムサンド （食パン、苺ジャム、マーガリン） 29日・あんだんご （白玉粉、豆腐、砂糖、こしあん）
2 16 30	水	・ごはん ・鯖の味噌煮 ・ラーメンサラダ ・野菜スープ	・精白米、胚芽米 ・鯖（味噌、みりん、砂糖、酒、生姜） ・中華麺、人参、胡瓜、ハム、胡麻（醤油、酢、砂糖、胡麻油、塩） ・白菜、玉葱、人参（コンソメ）	・牛乳 ・ぶどうゼリー ・お菓子
3 17	木	・ロールパン ・クリームシチュー	・ロールパン ・鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー （ホワイトルウ、牛乳、塩胡椒、小麦粉）	・牛乳 ・栗ごはんおにぎり （精白米、胚芽米、甘栗、酒、塩）
31	木	・りんごとキャベツのサラダ ・ロールパン ・ビーフシチュー	・りんご、キャベツ、胡瓜（オリーブ油、塩胡椒、砂糖、酢） ・ロールパン ・豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー （ビーフシチュールウ、ウスターソース、砂糖）	・牛乳 ・さつま芋おにぎり （精白米、胚芽米、さつま芋、酒、塩）
4 18	金	・ごはん ・ちくわのカレーマヨ焼き ・ほうれん草の納豆和え ・すまし汁	・精白米、胚芽米 ・ちくわ（マヨドレ、カレー粉） ・ほうれん草、納豆（醤油、砂糖、粉かつお） ・そうめん、人参、三つ葉（醤油）	・牛乳 4日・バナナ ・お菓子 18日・ふかし芋（さつま芋、塩）
5 19	土	・チャーハン	・精白米、胚芽米、焼き豚、玉葱、人参、三度豆、コーン （鶏ガラ、塩胡椒、油）	・牛乳 ・お菓子
7 21	月	・果物 ・コンソメスープ	・果物 ・南瓜、人参、玉葱（コンソメ）	・牛乳 7日・ジャムサンド （食パン、苺ジャム、マーガリン） 21日・カスタードリング
8 22	火	・鮭ごはん ・おでん	・精白米、胚芽米、鮭 ・大根、じゃが芋、人参、こんにゃく、ちくわ、厚揚げ、ウインナー （醤油、みりん、酒、砂糖）	・牛乳 ・豆のお焼き （小麦粉、甘納豆）
9 23 お誕生日 参観の日	水	・味噌汁 ・ごはん ・油淋鶏 ・スライス胡瓜 ・味噌汁 23日・果物	・精白米、胚芽米 ・鶏肉、白葱（生姜、にんにく、醤油、砂糖、酢、塩、片栗粉、油） ・胡瓜（塩） ・豆腐、えのき、人参（味噌） 23日・柿	・牛乳 ・おからケーキ （おから、小麦粉、BP、卵、砂糖、マーガリン）
10 24	木	・厚揚げの生姜焼き ・焼き南瓜 ・すまし汁	・精白米、胚芽米 ・厚揚げ、豚ミンチ、白葱（生姜、砂糖、醤油、みりん、酒） ・南瓜（塩、油） ・麩、ほうれん草、人参（醤油）	・牛乳 ・ヨーグルト ・お菓子
11	金	・ごはん ・筑前煮 ・ブロッコリーの昆布和え ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・鶏肉、人参、牛蒡、蓮根、里芋、三度豆（醤油、みりん、砂糖、酒） ・ブロッコリー、塩昆布、胡麻（醤油） ・もやし、人参、青ねぎ（味噌）	・牛乳 ・梨 ・お菓子
25 お弁当 の日		お弁当の日	・牛乳 ・かぼちゃの焼きドーナツ （ホットケーキミックス、砂糖、卵、かぼちゃ、豆腐、粉糖、油）	
12 26	土	・ミートスパゲティ ・果物 ・コンソメスープ	・スパゲティ、豚ミンチ、玉葱、人参、カットトマト缶 （ケチャップ、ウスターソース、砂糖、コンソメ、塩胡椒、オリーブ油） ・果物 ・キャベツ、玉葱、人参（コンソメ）	・牛乳 ・お菓子

※材料の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。  
※何か気になることがございましたら調理室又は保育士までお声かけ下さい。

