

平成28年 10月 給食献立表

【今月の目標】・・・ 食欲の秋モリモリ食べましょう

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副食 (共通)	おやつ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	土	ご飯	マカロニグラタン 三色酢の物 かき卵汁	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/ポテトチップ/果物
3	月	ご飯	竹輪の磯部揚げ 大豆のヒジキ煮 さつま芋のシチュー	牛乳/ラスク	牛乳/ミックスビザ/果物
4	火	ごまご飯	じゃが芋のシーチキン煮 きゅうりとわかめの酢の物 野菜バターラーメン	牛乳/チーズ蒸しパン	牛乳/ぜんざい/果物
5	水	ご飯	魚の甘酢あんかけ キャベツの和え物 豆腐団子汁	牛乳/りんごのソース煮	ヤクルト/さつま芋クッキー/果物
6	木	玄米ご飯	タンドリーチキン 豆サラダ 大根の味噌汁	牛乳/フルーツ入りホットケーキ	牛乳/フレンチトースト/果物
7	金	ご飯	海鮮のかき揚げ 春雨の酢の物 けんちん汁	牛乳/蒸し芋	牛乳/あんまん/果物
8	土	パン	きのこスパゲティ 卵サラダ オニオンスープ	牛乳/黄粉団子	牛乳/スイートポテト/果物
11	火	パン	焼きすり身 キンピラゴボウ ちゃんぽん	牛乳/じゃがバター	牛乳/青菜のおにぎり/果物
12	水	人参ご飯	魚の煮つけ 焼きビーフン 豚汁	牛乳/野菜グラッセ	ヤクルト/クリーム蒸しパン/果物
13	木	ご飯	チーズハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/どら焼き/果物
14	金	ワカメご飯	八宝菜 アーモンドごまめ 厚揚げの味噌汁	牛乳/フレンチトースト	牛乳/海鮮チヂミ/果物
15	土	ご飯	野菜オムレツ ごまじゃこサラダ すいとん汁	牛乳/ホットケーキ	牛乳/みたらし団子/果物
17	月	ご飯	野菜の肉巻き コールスローサラダ イエローシチュー	牛乳/焼き団子	牛乳/お好み焼き/果物
18	火	ご飯	鶏の照り焼き 茄子のごま和え きつねうどん	牛乳/トースト	牛乳/お芋マフィン/果物
19	水	麦ご飯	魚のボテマヨ焼き 卵の花 チンゲン菜のスープ	牛乳/粉ふき芋	牛乳/※豆腐と米粉のドーナツ/果物
20	木	ご飯	春巻き ワカメの酢の物 豆腐の味噌汁	牛乳/煮りんご	牛乳/マドレーヌ/果物
21	金	ご飯	真砂焼き マカロニサラダ ポトフ	牛乳/人参入り蒸しパン	牛乳/ホットケーキ/果物
22	土	パン	ナポリタン フレンチサラダ 角切りスープ	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/いなり寿司/果物
24	月	ご飯	餃子 海藻サラダ クリームシチュー	牛乳/チーズトースト	牛乳/さつま芋とりんごの春巻き
25	火	パン	塩焼きそば シーチキン卵 中華スープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/雑炊/果物
26	水	誕生会  栗ご飯 チキンカツ スパゲティ ほうれん草の三色和え ゴボウ団子汁		牛乳/菓子	牛乳/チーズケーキ/果物
27	木	ご飯	ミートボール 根菜のごまマヨサラダ 南瓜の味噌汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/蒸し芋/果物
28	金	玄米ご飯	大豆入りコロッケ もやしのナムル キャベツのスープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/バナナマフィン
29	土	ご飯	茄子のツナ味噌焼き 野菜の煮物 わかめスープ	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/ソーメン汁/果物
31	月	ご飯	メンチカツ 野菜の土佐和え ホワイトシチュー	牛乳/みたらし団子	牛乳/中華まん/果物

※は、新メニューです。

～今月のレシピ～さつま芋とりんごの春巻き

【作り方】

- ① さつま芋を適当に切り、ゆでつぶす。
- ② ①にA砂糖・塩・バター・牛乳を入れて甘さを出す。(さつま芋の甘さにより砂糖を調節する)
- ③ りんごを角切りにして、Bの砂糖と塩で煮詰める。
- ④ ②と③を合わせて春巻きの皮に包んで揚げる。

【材料】 さつま芋 100g
りんご 60g
春巻きの皮 4枚
油 適量
A 砂糖 大さじ1/2
塩 少々
バター 4g
牛乳 8g
B 砂糖 大さじ1/2
塩 少々

さつま芋や栗、梨、さんまなど、秋は旬の食べ物がいっぱいですね。
秋を感じられる様な食材を使いながら美味しい給食を作っていきたいと
思っています。

