



令和2年度 10月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 1号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいころ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 木曜日	菜めし	豆腐ハンバーグ	ケチャップスパ ポイルブロッコリー きのこのスープ 黄桃缶	お昼ラスク (きな粉)	米、油 砂糖、片栗粉 スバグティ、麩	鶏ミンチ ウインナー、豆腐 みそ、きな粉	玉ねぎ、ピーマン しめじ、えのき、ブロッコリー 菜飯の素、キャベツ、黄桃缶	みりん ケチャップ コンソメ
2日 金曜日	ふりかけごはん	鶏肉の中華炒め	春雨サラダ キャベツゆかり和え 豆腐とねぎの中華スープ ぶどうゼリー	ジャムサンド	米、春雨、ごま油 砂糖、片栗粉、ふりかけ パン、梅シヤム、ゼリーの素	鶏肉、豆腐 みそ、きな粉	インゲン、椎茸 玉ねぎ、人参、コーン、キャベツ きゅうり、ねぎ、ゆかり粉	中華スープ 酢
5日 月曜日	五目ラーメン <small>めんの日</small>		春巻き 切り干し大根の中華和え みかん缶	鮭おにぎり	中華麺、油 米、砂糖、ごま油	豚肉、春巻き 鮭フレーク	もやし、キャベツ 人参、コーン、きゅうり 切り干し大根、みかん缶	ラーメンスープ 酢
6日 火曜日	ゆかりごはん	サハのみそ煮	インゲンとウインナーの炒め物 ミニコロッケ ごぼうとわかめのみそ汁 苺ゼリー	スイート南瓜	米、砂糖、油 コロッケ ゼリーの素	サハ、みそ ウインナー、わかめ	生姜、玉ねぎ インゲン、ごぼう ねぎ、南瓜、ゆかり粉	みりん
7日 水曜日	お弁当日			ベジたべる	ベジたべる			
8日 木曜日	ロールパン 	鶏のから揚げ 甘辛だれ	花野菜のサラダ もやしの胡麻和え 大根とねぎのスープ 黄桃缶 牛乳	白玉きな粉	パン、片栗粉、油 砂糖、ごま、白玉団子 マヨネーズ	鶏肉 牛乳 きな粉	生姜、ブロッコリー、人参 もやし、カリフラワー、コーン 大根、ねぎ、黄桃缶	みりん コンソメ
9日 金曜日	麦ごはん <small>食物繊維強化献立</small>	豚肉とれんこんの にんにくみそ炒め	ひじき豆 南瓜のソテー 里芋と揚げのみそ汁 バナナ	白桃ゼリー	米、押麦、里芋 砂糖、油 ゼリーの素	豚肉、みそ 大豆、ひじき 油揚げ	にんにく、れんこん、人参 ピーマン、バナナ グリーンピース、南瓜、白桃缶	みりん
12日 月曜日	カレーライス 	フライドおさつ スパゲティサラダ 福神漬け りんごジュース	ココア蒸しパン	米、カレー粉、じゃが芋 は、さつま芋、スライス、マヨネーズ 砂糖、ホットケーキの素、ココア	豚肉 ツナ 豆乳	人参、玉ねぎ 福神漬け 胡瓜、りんごジュース		
13日 火曜日	とうもろこしごはん	あじのパン粉焼き	人参とツナのサラダ 里ポテト じゃが芋とわかめのみそ汁 パイン缶	マシュマロ おこし	米、パン粉、油 じゃが芋、マシュマロ コーンフレーク、里ポテト	あじ、ツナ みそ、わかめ	パセリ粉、きゅうり 人参、パイン缶 コーン	和風ドレッシング
14日 水曜日	お弁当日			しょうゆせんべい	しょうゆせんべい			
15日 木曜日	黒糖ロール	鶏のバーベキュー焼き	大根サラダ ふかし芋 白菜と椎茸のみそ汁 マカロニきな粉 牛乳	プリン	砂糖、油、マカロニ さつま芋、プリンの素 パン	鶏肉、牛乳 みそ、豆乳 きな粉、かつお節	きゅうり、人参 白菜、椎茸 大根	ケチャップ 和風ドレッシング
16日 金曜日	菜めし	肉団子の甘酢あんかけ	切干大根の煮物 ミニコロッケ ごぼうとねぎのみそ汁 フルーツカクテル	メープルトースト	米、片栗粉、コロッケ 砂糖、紛糖 パン、メープルシロップ	肉団子	玉ねぎ、ピーマン、ごぼう、菜飯の素 切干大根、椎茸、ねぎ、ブロッコリー 人参、グリーンピース、カクテル缶	酢
19日 月曜日	運動会代休							
20日 火曜日	ゆかりごはん	肉じゃが	ほうれん草のおかか和え ミニトマト 白菜とわかめのみそ汁 オレンジ	南瓜ケーキ	米、じゃが芋 こんにやく、油 砂糖、ホットケーキの素	豚肉、かつお節 豆乳、わかめ みそ	ゆかり粉、玉ねぎ、トマト 人参、グリーンピース、南瓜、白菜 ほうれん草、オレンジ	みりん
21日 水曜日	お弁当日			ぼたぼた焼き	ぼたぼた焼き			
22日 木曜日	ふりかけごはん <small>世界の料理 パナマ</small>	サンコーチョ (里芋と鶏肉のスープ煮)	海藻サラダ 揚げ焼売 キャベツとあげのみそ汁 パイン缶	スイートポテト	米、里芋、油 さつま芋、砂糖 ふりかけ	鶏肉、油揚げ 海藻MIX、みそ 焼売	玉ねぎ、人参 きゅうり、キャベツ パセリ粉、大根、パイン缶	和風ドレッシング コンソメ
23日 金曜日	しらすごはん	タンドリーチキン	ブロッコリーとコーンのサラダ 南瓜煮 小松菜としめじのスープ バナナ	ごはんチヂミ	米、砂糖、油 片栗粉 ごま油、ごま	鶏肉、ヨーグルト しらす	ブロッコリー、コーン 小松菜、しめじ、南瓜 人参、玉ねぎ、ねぎ、バナナ	カレー粉、コンソメ ケチャップ、みりん ごまドレッシング、ボン酢
26日 月曜日	運動会代休(予備日) お弁当日			野菜クラッカー	野菜クラッカー			
27日 火曜日	菜めし	白身魚の和風あんかけ	チンゲン菜とウインナーのソテー 塩ゆで枝豆 えのきとわかめのみそ汁 オレンジ	ふかし芋	米、片栗粉、油 さつま芋	タラ、ウインナー みそ、わかめ	玉ねぎ、人参、菜飯の素 ピーマン、チンゲン菜 えのき、枝豆、オレンジ	みりん
28日 水曜日	お弁当日			たべっこベイビー	たべっこベイビー			
29日 木曜日	十二穀ロールパン <small>おたんじょうび会</small>	チキンケチャップ	マカロニサラダ ポイルブロッコリー もやしとウインナーのスープ りんごゼリー 牛乳	わかめおにぎり	米、砂糖、油 マヨネーズ、パン マカロニ	鶏肉、ウインナー 炊き込みわかめ 牛乳、ゼラチン	玉ねぎ、きゅうり コーン、もやし ブロッコリー、リンゴジュース	ケチャップ コンソメ
30日 金曜日	ごはん <small>ハロウィンメニュー</small>	豚肉ときのご炒め物	ツナサラダ フライドポテト パンプキンスープ バナナ	いちごスコーン	米、カットポテト 苺ジャム、砂糖 ホットケーキの素、油	豚肉、ツナ 豆乳	南瓜、人参、玉ねぎ、にんにく きゅうり、しめじ、えのき キャベツ、バナナ	みりん コンソメ 和風ドレッシング

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



令和2年度 10月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 2号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 木曜日	菜めし	豆腐ハンバーグ	ケチャップスパ ポイルブロッコリー きのこのスープ 黄桃缶	お昼ラスク (きな粉)	米、油 砂糖、片栗粉 スバゲティ、麺	鶏ミンチ ウインナー、豆腐 みそ、きな粉	玉ねぎ、ピーマン しめじ、えのき、ブロッコリー 菜飯の素、キャベツ、黄桃缶	みりん ケチャップ コンソメ
2日 金曜日	ふりかけごはん	鶏肉の中華炒め	春雨サラダ キャベツゆかり和え 豆腐とねぎの中華スープ ぶどうゼリー	ジャムサンド	米、春雨、ごま油 砂糖、片栗粉、ふりかけ パン、苺ジャム、ゼリーの素	鶏肉、豆腐	玉ねぎ、人参、コーン、キャベツ きゅうり、ねぎ、ゆかり粉	中華スープ 酢
3日 土曜日	豚肉と野菜のスバゲティ			牛乳 <small>野菜クラッカー・ぼりんこ</small>	スバゲティ、じゃが芋 野菜クラッカー ぼりんこ	豚肉、牛乳	キャベツ、玉ねぎ インゲン、椎茸 白桃缶	コンソメ
5日 月曜日	五目ラーメン <small>めんの日</small>		春巻き 切り干し大根の中華和え みかん缶	鮭おにぎり	中華麺、油 米、砂糖、ごま油	豚肉、春巻き 鮭フレーク	もやし、キャベツ 人参、コーン、きゅうり 切り干し大根、みかん缶	ラーメンスープ 酢
6日 火曜日	ゆかりごはん	サバのみそ煮	インゲンとウインナーの炒め物 ミニコロッケ ごぼうとわかめのすまし汁 苺ゼリー	スイート南瓜	米、砂糖、油 コロッケ ゼリーの素	サバ、みそ ウインナー、わかめ	生姜、玉ねぎ インゲン、ごぼう ねぎ、南瓜、ゆかり粉	みりん
7日 水曜日	お弁当日			ベジたべる	ベジたべる			
8日 木曜日	ロールパン 	鶏のから揚げ 甘辛だれ	花野菜のサラダ もやしの胡麻和え 大根とねぎのスープ 黄桃缶 牛乳	白玉きな粉	パン、片栗粉、油 砂糖、ごま、白玉団子 マヨネーズ	鶏肉 牛乳 きな粉	生姜、ブロッコリー、人参 もやし、カリフラワー、コーン 大根、ねぎ、黄桃缶	みりん コンソメ
9日 金曜日	麦ごはん <small>食物繊維強化献立</small>	豚肉とれんこんの んにくのみそ炒め	ひじき豆 南瓜のソテー 里芋と揚げのすまし汁 バナナ	白桃ゼリー	米、押麦、里芋 砂糖、油 ゼリーの素	豚肉、みそ 大豆、ひじき 油揚げ	んにく、れんこん、人参 ピーマン、バナナ グリーンピース、南瓜、白桃缶	みりん
10日 土曜日	けんちんうどん			牛乳 <small>ベジたべる・里たべよ</small>	うどん、片栗粉 ベジたべる、ごま油 里たべよ、ごま	豆腐、鶏肉 牛乳	レンコン 大根、人参 ごぼう、ネギ、桃缶	みりん
12日 月曜日	カレーライス 		フライドおさつ スバゲティサラダ 福神漬け りんごジュース	ココア蒸しパン	米、カレールフ、じゃが芋 卵、おろし、スバゲティ、マヨネーズ 砂糖、ホットケーキの素、ココア	豚肉 ツナ 豆乳	人参、玉ねぎ 福神漬け 胡瓜、りんごジュース	
13日 火曜日	とうもろこしごはん	あじのパン粉焼き	人参とツナのサラダ 里ポテト じゃが芋とわかめのみそ汁 パイナップル	マシュマロ おこし	米、パン粉、油 じゃが芋、マシュマロ コーンフレーク、里ポテト	あじ、ツナ みそ、わかめ	パセリ粉、きゅうり 人参、パイナップル コーン	和風ドレッシング
14日 水曜日	お弁当日			しょうゆせんべい	しょうゆせんべい			
15日 木曜日	黒糖ロール	鶏のバーベキュー焼き	大根サラダ ぶかし芋 白菜と椎茸のみそ汁 マカロニきな粉 牛乳	プリン	砂糖、油、マカロニ さつま芋、プリンの素 パン	鶏肉、牛乳 みそ、豆乳 きな粉、かつお節	きゅうり、人参 白菜、椎茸 大根	ケチャップ 和風ドレッシング
16日 金曜日	菜めし	肉団子の甘酢あんかけ	切干大根の煮物 ミニコロッケ ごぼうとねぎのすまし汁 フルーツカクテル	メープルトースト	米、片栗粉、コロッケ 砂糖、粉糖 パン、メープルシロップ	肉団子	玉ねぎ、ピーマン、ごぼう、菜飯の素 ゆ干大根、椎茸、ねぎ、ブロッコリー 人参、グリーンピース、カクテル缶	酢
17日 土曜日	豚丼			牛乳 <small>しょうゆせんべい・1才からのサッポロポテト</small>	米、油、砂糖 しょうゆせんべい 1才からのサッポロポテト	豚肉、油揚げ みそ、牛乳	玉ねぎ、キャベツ 人参、桃缶 もやし	
19日 月曜日	運動会代休 お弁当日			源氏パイ	源氏パイ			
20日 火曜日	ゆかりごはん	肉じゃが	ほうれん草のおかか和え ミニトマト 白菜とわかめのみそ汁 オレンジ	南瓜ケーキ	米、じゃが芋 こんにやく、油 砂糖、ホットケーキの素	豚肉、かつお節 豆乳、わかめ みそ	ゆかり粉、玉ねぎ、トマト 人参、グリーンピース、南瓜、白桃 ほうれん草、オレンジ	みりん
21日 水曜日	お弁当日			ぼたぼた焼き	ぼたぼた焼き			
22日 木曜日	ふりかけごはん <small>世界の料理 パナマ</small>	サンコーチョ (里芋と鶏肉のスープ煮)	海藻サラダ 揚げ焼売 キャベツとあげのみそ汁 パイナップル	スイートポテト	米、里芋、油 さつま芋、砂糖 ふりかけ	鶏肉、油揚げ 海藻MIX、みそ 焼売	玉ねぎ、人参 きゅうり、キャベツ パセリ粉、大根、パイナップル	和風ドレッシング コンソメ
23日 金曜日	しらすごはん	タンダーリーチキン	ブロッコリーとコーンのサラダ 南瓜煮 小松菜としめじのスープ バナナ	ごはんチヂミ	米、砂糖、油 片栗粉 ごま油、ごま	鶏肉、ヨーグルト しらす	ブロッコリー、コーン 小松菜、しめじ、南瓜 人参、玉ねぎ、ねぎ、バナナ	カレー粉、コンソメ ケチャップ、みりん ごまドレッシング、ポン酢
24日 土曜日	野菜あんかけ丼			牛乳 <small>ぼたぼた焼き・たべっこベイビー</small>	米、片栗粉 ぼたぼた焼き たべっこベイビー	豚肉、豆腐 みそ、わかめ 牛乳	人参、白菜 チンゲン菜、椎茸 黄桃缶	みりん
26日 月曜日	運動会代休(予備日) お弁当日			野菜クラッカー	野菜クラッカー			
27日 火曜日	菜めし	白身魚の和風あんかけ	チンゲン菜とウインナーのソテー 塩ゆで枝豆 えのきとわかめのみそ汁 オレンジ	ぶかし芋	米、片栗粉、油 さつま芋	たら、ウインナー みそ、わかめ	玉ねぎ、人参、菜飯の素 ピーマン、チンゲン菜 えのき、枝豆、オレンジ	みりん
28日 水曜日	お弁当日			たべっこベイビー	たべっこベイビー			
29日 木曜日	十二穀ロールパン <small>おたんじょうび会</small>	チキンケチャップ	マカロニサラダ ポイルブロッコリー もやしとウインナーのスープ りんごゼリー 牛乳	わかめおにぎり	米、砂糖、油 マヨネーズ、パン マカロニ	鶏肉、ウインナー 炊き込みわかめ 牛乳、ゼラチン	玉ねぎ、きゅうり コーン、もやし ブロッコリー、リンゴジュース	ケチャップ コンソメ
30日 金曜日	ごはん <small>ハロウィンメニュー</small>	豚肉ときこの炒め物	ツナサラダ フライドポテト パンブキンスープ バナナ	いちごスコーン	米、カットポテト 苺ジャム、砂糖 ホットケーキの素、油	豚肉、ツナ 豆乳	南瓜、人参、玉ねぎ、んにく きゅうり、しめじ、えのき キャベツ、バナナ	みりん コンソメ 和風ドレッシング
31日 土曜日	チキンライス			牛乳 <small>ぼりんこ・源氏パイ</small>	米、油 ぼりんこ 源氏パイ	鶏肉 大豆 牛乳	玉ねぎ、人参 グリーンピース、ほうれん草 みかん缶	コンソメ ケチャップ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。