



# 給食献立



南通りすこやか保育園  
令和5年10月31日発行

日	献立名	おやつ
1 水	マーボー丼、春雨の中華スープ ナムルサラダ、グレープフルーツ	ツナサンド
2 木	ごはん、じゃがいもともやしのみそ汁 サバの竜田揚げ、ほうれん草のおかか和え、巨峰ゼリー	黒ゴマスコーン
4 土	みそラーメン、ぎょうざ いよかんゼリー	おせんべい
6 月	焼き肉丼、しめじのみそ汁 コーンときゅうりの和風サラダ、オレンジ	マカロニきなこ
7 火	ごはん、わかめと麩のすまし汁 鮭のマヨドレ焼き、野菜と納豆のとろとろ和え、りんご	ふかし芋
8 水	ごはん、高野豆腐のみそ汁 筑前煮、小松菜の磯和え、グレープフルーツ	かぼちゃとバナナのスイーツボール
9 木	ミートソーススパゲティ、きのこのコンソメスープ さつまいものオレンジ煮、バナナ	しらすおにぎり
10 金	わかめごはん、大根のみそ汁 鶏肉のさっぱり煮、ツナの和風サラダ、オレンジ	コーンチヂミ
11 土	チキンライス、わかめとコーンのスープ 青りんごゼリー	おせんべい
13 月	ごはん、わかめのみそ汁 豚肉のしょうが焼き、ひじきサラダ、ヨーグルト	フライドポテト
14 火	【クッキング】だまこ汁 かぼちゃの甘煮、ほうれん草のごま和え、りんご	シュガーラスク
15 水	ごはん、厚揚げのみそ汁 さつまいもと豚肉のマヨ炒め、キャベツの昆布和え、バナナ	肉まん
16 木	ハヤシライス、ほうれん草のコンソメスープ ポテトサラダ、グレープフルーツ	バナナケーキ
17 金	ごはん、チンゲン菜の中華スープ 鶏肉のマスタード焼き、春雨サラダ、りんご	きりたんぼピザ
18 土	ナポリタンスパゲティ、キャベツスープ フルーツキャロットゼリー	おせんべい
20 月	【誕生会】鶏肉とごぼうの炊き込みごはん、花麩のすまし汁 さつまいもコロッケ、コールスローサラダ、柿	プリンアラモード
21 火	ごはん、油揚げのみそ汁 鮭のムニエル、ベーコン野菜炒め、バナナ	かぼちゃドーナッツ
22 水	ごはん、しめじと玉ねぎのコンソメスープ 大豆と野菜のトマト煮、コーンサラダ、グレープフルーツ	ヨーグルトケーキ
24 金	ごはん、ベーコンポテトスープ ハニースパイシーチキン、キャベツとわかめのナムル風サラダ、みかん	おふラスク
25 土	豚丼、かぶのみそ汁 ももゼリー	おせんべい
27 月	ごはん、かきたま汁 コーンフ레이크チキン、マカロニサラダ、みかん	さつまいもチップス
28 火	ごはん、なめこ豆腐のみそ汁 あじフライ、白菜ともやしのさっぱり和え、ヨーグルト	いちごジャムスコーン
29 水	ロールパン、かぼちゃチキンシチュー ハムサラダ、チーズ、グレープフルーツ	鮭おにぎり
30 木	ごはん、豆腐としめじのすまし汁 たらのみそチーズ焼き、きんぴらごぼう、バナナ	ベーコンコーン蒸しパン



☆様々な事情により献立内容を変更する場合がありますので、ご了承ください。  
 ☆給食を提供できる時間は12:00(食べ終わりの時間)までとなります。  
 ☆オレンジ色は新メニューになっています。