給食だより

令和８年１０月

日	曜	昼食 おかず	昼食 デザート	3時のおやつ 飲み物	3時のおやつ おやつ	朝のおやつ(ひよこ組) 飲み物	朝のおやつ(ひよこ組) おやつ
1	木	赤魚のコーンマヨネーズ焼き　ごま和え　すまし汁		ミルク	ピザトースト	牛乳	バナナ
●2	金	春雨と肉のごま炒め　油揚げの酢の物		〃	オレオ	〃	動物ボーロ
3	土	運動会			ジュース・パン		
5	月	ドライカレー　スパゲッティサラダ		ミルク	お好み揚げ	牛乳	動物ビスケット
▲6	火	ちゃんぽん　切干大根の酢の物		〃	柿・動物ボーロ	〃	かっぱえびせん
●7	水	ひじきの炒め煮　チップスサラダ		〃	オレンジケーキ	〃	ジャムトースト
8	木	サバのみりん焼き　小松菜の煮びたし　みそ汁		〃	枝豆・チーズ	〃	バナナ
●9	金	筑前煮　もやしの酢の物		麦茶	フルーチェ	〃	ぱりんこ
10	土	豚の生姜焼き　小松菜のソテー　なめこ汁		ミルク	サッポロポテト	〃	野菜バー
▲13	火	きのことベーコンの豆乳パスタ　大根サラダ		牛乳	シスコーン	〃	チョイス
●14	水	切り干し大根の炒め煮　春雨の中華風サラダ		ミルク	じゃがもち	〃	サッポロポテト
15	木	えび入りかき揚げ　中華きゅうり　すまし汁		〃	キャラメルコーン	〃	ジャムトースト
●16	金	鶏肉と厚揚げの味噌煮　ひじきの酢の物	スティックゼリー	〃	チーズスカロップ	〃	バナナ
▲17	土	秋の焼きそば　わかめスープ		〃	かっぱえびせん	〃	アスパラガスビスケット
19	月	チキンカツ　かぼちゃのサラダ　春雨スープ		〃	塩せん	〃	オレオ
▲20	火	肉みそスパゲティ　かきたま汁		〃	アメリカンドック風	〃	ジャムトースト
◎21	水	誕生会　えびピラフのおにぎり　マカロニグラタン ポテトサラダ　豆乳スープ	プリン	ミルク	チーズケーキ	〃	かっぱえびせん
22	木	豚丼　キャベツの昆布和え　みそ汁		〃	アスパラガスビスケット	〃	バナナ
●23	金	きんぴら炒め　なます　サバの照り焼き		〃	フライドポテト	〃	ミニサラダ
24	土	クリームシチュー　コールスローサラダ		〃	ベジたべる	〃	野菜バー
26	月	松風焼き　カミカミサラダ　すまし汁		〃	マシュマロおこし	〃	ムーンライト
27	火	中華丼　ワンタンスープ	バナナ	〃	ミレービスケット	〃	ジャムトースト
●28	水	肉じゃが　ほうれん草の納豆和え		〃	ドーナツ	〃	サッポロポテト
▲29	木	カレーうどん　りんごと野菜のサラダ		麦茶	ソフール	〃	バナナ
●30	金	マーボー豆腐　ごぼうサラダ		ミルク	たぬきおにぎり	〃	動物ボーロ
31	土	ポークビーンズ　野菜スープ		〃	バーベQ味	〃	ミレービスケット

●：玄米給食の日　▲：麺類の日　◎：行事食の日　緑色の字：新メニュー

※白ごはんに、塩分補給の為、ごま塩、しそふりかけの使用を可とします。それ以外のふりかけはご遠慮下さい。

【　マシュマロおこし　】

≪材料≫

マシュマロ　・・ 133ｇ
マーガリン　・・・ 93ｇ
コーンフレーク ・ 200ｇ

≪作り方≫

① 鍋にマーガリンを入れ中火にかける。
② マーガリンが溶けたらマシュマロを加えてさらに溶かす。
③ 溶けたら火を消してコーンフレーク加えてからめる。
④ 食べやすい大きさにして出来上がり。

≪　９月誕生会メニュー　≫

カレーピラフのおにぎり
鶏の唐揚げ＆エビフライ
小松菜ともやしのナムル＆ミニトマト
おさ汁
ももゼリー（果肉入り）