

10月(第1週目)の給食

10月3日(月)

麦ごはん
魚のカレー竜田揚げ
コーンサラダ
アシドミルク



●血や肉をつくる●
鯖・アシドミルク

●熱や力の素になる●
精白米・押麦・片栗粉・揚げ油
植物油・砂糖

●体の調子を整える●
生姜・コーン・キャベツ・人参
きゅうり

10月4日(火)

ゆかりごはん
じゃがいものそぼろ煮
豆腐のみそ汁
いりこ



●血や肉をつくる●
豚挽肉・木綿豆腐・味噌・いりこ

●熱や力の素になる●
精白米・じゃがいも・植物油
砂糖

●体の調子を整える●
人参・グリーンピース・玉ねぎ
えのき・小ねぎ

10月5日(水)

チキンカレー
さっぱりサラダ
アシドミルク
(いちご味)



●血や肉をつくる●
鶏肉・アシドミルク

●熱や力の素になる●
精白米・植物油・砂糖

●体の調子を整える●
玉ねぎ・いんげん・人参
にんにく・コーン・トマト
キャベツ・きゅうり

10月6日(木)

麦ごはん
豚肉の生姜焼き
キャベツとちくわの
マヨサラダ
牛乳



●血や肉をつくる●
豚肉・竹輪・牛乳

●熱や力の素になる●
精白米・押麦・砂糖・植物油
マヨネーズ

●体の調子を整える●
玉ねぎ・人参・生姜・キャベツ
コーン

10月7日(金)

午前中保育