

10月(第5週目),11月(第1週目)の給食

10月30日(月)

- ごはん
- 麻婆豆腐
- わかめスープ



●血や肉をつくる●
豚ミンチ・豆腐・味噌・わかめ

●熱や力の素になる●
金芽米・ごま油・砂糖・片栗粉

●体の調子を整える●
人参・玉ねぎ・にんにく・生姜
にら

10月31日(火)

- ごはん
- 鶏肉とかぼちゃの
揚げ浸し
- レモンドレッシング
サラダ
- 牛乳



●血や肉をつくる●
鶏肉・ハム・牛乳

●熱や力の素になる●
金芽米・片栗粉・植物油
三温糖

●体の調子を整える●
生姜・かぼちゃ・大根・キャベツ
人参・レモン果汁

11月1日(水)

休園日

11月2日(木)

- ごはん
- 鶏肉の
マーマレード焼き
- カニカマとじゃがいも
のサラダ
- 中華風コーンスープ



●血や肉をつくる●
鶏肉・カニカマ

●熱や力の素になる●
金芽米・じゃがいも・マヨネーズ
ごま油・片栗粉

●体の調子を整える●
マーマレード・ブロッコリー
コーン・人参・玉ねぎ・干し椎茸

11月3日(金)

