

令和7年 10月分 予定献立表

明野しいのみ保育園

日	給 食 内 容	3時のおやつ
1(水)	肉じゃが ほうれん草のおかか和え ※ししゃも バナナ	オレンジトースト
2(木)	キッシュ風卵焼き 切干大根サラダ トマト オレンジ	こぶたうどん
3(金)	けんちん汁 ※れんこんのきんぴら ウィンナー みかん (ロールパン)	さつま芋とりんごのケーキ
4(土)	なす入りミートスパゲティー キウイ	クラッカー
5(日)		
6(月)	レバーのマリアナソース 小松菜のごま和え ※めざし オレンジ	★うさぎまんじゅう
7(火)	大豆ナゲット 春雨の酢の物 チーズ キウイ	フルーツヨーグルト
8(水)	切干大根の卵焼き 厚揚げとこんにゃくの炒め煮 ブロッコリー りんご	焼き大福(マカロニアベかわ)
9(木)	鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草のソテー トマト みかん	りんごゼリー
10(金)	きのこシチュー ひじきの華風和え ゆでたまご バナナ (ミルクパン)	ツナごはん
11(土)	中華丼 オレンジ	ビスケット
12(日)		
13(月)	ス ポ ー ツ の 日	
14(火)	魚のネギ味噌焼き 野菜の納豆和え ソーセージ炒め キウイ	ドーナツ
15(水)	しいたけハンバーグ エビとさつま芋のサラダ レタス オレンジ	豆乳もち
16(木)	チキンカレー コールスローサラダ トマト バナナ	マーメレードスコーン
17(金)	運 動 会	詰め合わせ菓子
18(土)	焼きそば みかん	ウェハース
19(日)		
20(月)	コロコロ麻婆豆腐 ツナとわかめのさっと煮 ※かえり炒め オレンジ	チーズとかぼちゃの蒸しパン
21(火)	すき焼き卵 ※煮昆布 粉吹き芋 キウイ	お好み焼き
22(水)	魚のムニエル なすのポロネーゼ かぼちゃの甘煮 りんご	ココアメルティーフレーク
23(木)	洋風かきたま汁 豆まめサラダ 人参甘煮 みかん (コッペパン)	パセリおにぎり
24(金)	園 外 保 育	どうぶつクッキー
25(土)	ハヤシライス バナナ	せんべい
26(日)		
27(月)	さんまのからあげ ポテトサラダ しぎなす キウイ	おつゆ麩の黒糖からめ
28(火)	チリコンカン ほうれん草と油揚げのナムル スパゲティー りんご	納豆ラスク
29(水)	◎吹き寄せごはん とり天 ブロッコリーのホットサラダ トマト みかん	★ショートケーキ
30(木)	高野豆腐のオランダ煮 野菜のかぼすしょうゆ和え 味噌汁 バナナ	ジャージャー麺
31(金)	松風焼き ※切昆布の当座煮 ブロッコリー オレンジ	★かぼちゃマフィン

<一口メモ> ◎おたのしみランチ(吹き寄せごはん) ★行事食、郷土料理 ※かみかみメニュー
8日(水)カッコのおやつは、もも・さくら・つくし・たんぽぽ・すみれです。

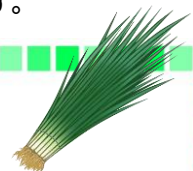


味覚を育てる ～だしの味に親しもう～

だしはかつお節や煮干しなどの魚や昆布から抽出したもので、うま味を感じることができ給食でも使用しています。料理に使うことで素材のおいしさを引き出し、少ない調味料でも上品な味に仕上がります。今月は、調味料の味の違いを3、4、5歳児クラスに体験してもらいます。味の違いが分かるかな？



今月の地産地消 ねぎ



味ーねぎは、大分県を代表するブランド野菜です。良質な有機物がたっぷりの土で育った香り高い小葱でじっくり日数をかけて育っているのでビタミン、ミネラルを多く含んでピカイチ美味しい小葱です。給食ではしいたけハンバーグ、ねぎ味噌焼き、お好み焼きなどに使用します。