

# 10月 給食献立表

石橋文化わくわくステーション

月	火	水	木	金	土
					1日
					フランクロール メロンパン 牛乳 フルーツ
3日	4日	5日	6日	7日	8日
<b>ご飯 米</b> <b>ハムチーズピカタ</b> ハム・チーズ・卵 <b>大学芋</b> さつま芋 <b>鶏肉唐揚げ</b> 鶏肉・唐揚げ粉 <b>ミニがんも</b> 豆腐・胡麻 <b>スパのミート炒め</b> ミンチ 玉葱・ケチャップ・スパゲティ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>黒豆がんも</b> 黒豆・大豆蛋白・豆腐 <b>南瓜の煮付け</b> 南瓜 <b>鮭キャベツミンチカツ</b> 鮭 キャベツ・玉葱・パン粉 <b>枝豆ふくら揚げ</b> 枝豆・澱粉・山芋 <b>野菜トマトソース煮</b> 豚肉・玉葱・人参・ケチャップ <b>コーンスープ</b> 牛乳 コーン・コーンスープの素	<b>ご飯 米</b> <b>ミニオムレツ</b> ミンチ・玉葱・卵 <b>さつま芋の天婦羅</b> さつま芋・小麦粉 <b>高野豆腐</b> 高野豆腐 <b>竹輪</b> 竹輪 <b>マカロニサラダ</b> マカロニ 人参・胡瓜・マヨネーズ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>カレイの唐揚げ</b> 鰈・唐揚げ粉 <b>ウインナー</b> ウインナー <b>肉団子</b> 鶏ミンチ・玉葱・小麦粉 <b>里芋</b> 里芋 <b>ポテトサラダ</b> じゃが芋 胡瓜・人参・マヨネーズ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>チキンカツ</b> チキン・小麦粉・パン粉 <b>カニシューマイ</b> すり身・澱粉 <b>中華信田</b> ミンチ・キャベツ・椎茸 <b>春巻</b> ミンチ 筍・小麦粉・春雨 <b>肉じゃが</b> じゃが芋 玉葱・人参・豚肉 <b>中華スープ</b> 中華シャタン もやし・ハム・人参	ツナサンド マフィン(フレーン) 牛乳 フルーツ
10日	11日	12日	13日	14日	15日
<b>休 園</b> (体育の日)	<b>ご飯 米</b> <b>えびチリソース</b> エビフリッター・チリソース <b>フーヨーハイ</b> カニ・玉葱・卵 <b>大学芋</b> さつま芋 <b>南瓜の唐揚げ</b> 南瓜・唐揚げ粉 <b>白菜の旨煮</b> 白菜・人参・うす揚げ <b>ブロッコリー</b> ブロッコリー <b>コーンスープ</b> 牛乳 コーン・コーンスープの素	<b>ご飯 米</b> <b>厚揚げ</b> 厚揚げ <b>チキンごぼう巻</b> 鶏肉・ごぼう・澱粉 <b>じゃが芋</b> じゃが芋 <b>ごぼう天</b> ごぼう天 <b>うずら卵フライ</b> うずら卵・パン粉 <b>マカロニのたらこ炒め</b> マカロニ・たらこ・人参 <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>かに玉</b> カニ・人参 グリンピース・椎茸・卵 <b>えびフライ</b> えび・パン粉 <b>南瓜の天婦羅</b> 南瓜・小麦粉 <b>ウインナー</b> ウインナー <b>豚と大根のサラダ</b> 豚肉 大根・人参・マヨネーズ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>魚の揚げ漬け</b> 鯛・澱粉 <b>玉子焼き</b> 卵 <b>じゃが餅あんかけ</b> じゃが芋 <b>大学芋</b> さつま芋 <b>スパのミート炒め</b> ミンチ スパゲッティ・玉葱・ケチャップ <b>中華スープ</b> 中華シャタン もやし・ハム・人参	ハム&タマゴサンド ツイストドーナツ 牛乳 フルーツ
17日	18日	19日	20日	21日	22日
<b>ご飯 米</b> <b>豆腐の煮付け</b> 豆腐 <b>鶏肉の生姜焼き</b> 鶏肉 <b>牛蒡天</b> ごぼう天 <b>じゃが芋の煮付け</b> じゃが芋 <b>胡瓜とコーンのサラダ</b> 胡瓜・コーン・人参・マヨネーズ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>お好み焼き</b> お好み焼き・ソースかけ <b>ロールイカの唐揚げ</b> ロールイカ・唐揚げ粉 <b>南瓜の煮付け</b> 南瓜 <b>竹輪</b> 竹輪 <b>麻婆豆腐</b> ミンチ 玉葱・人参・豆腐 <b>コーンスープ</b> 牛乳 コーン・コーンスープの素	<b>ご飯 米</b> <b>サーモンフライ</b> サーモン・小麦粉・パン粉 <b>卵ロール</b> 卵 <b>フランクフルト</b> フランクフルト <b>かき揚げ</b> 玉葱・人参・小麦粉 <b>金平ごぼう</b> 人参 ささがきごぼう・胡麻 <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>トンカツ</b> 豚肉・小麦粉・パン粉 <b>玉子焼き</b> 卵 <b>里芋</b> 里芋 <b>黒豆がんも</b> 黒豆・大豆蛋白・豆腐 <b>ポテトサラダ</b> じゃが芋 人参・胡瓜・マヨネーズ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>イカリング揚げ</b> イカ・小麦粉 <b>豆腐バーグ</b> 豆腐・玉葱・パン粉 <b>春巻</b> ミンチ 春雨・小麦粉・玉葱 <b>チキンナゲット</b> 鶏肉・澱粉 <b>野菜カレー煮</b> 豚肉・玉葱 人参・カレースライス <b>中華スープ</b> 中華シャタン もやし・ハム・人参	モダン焼き あんぱん 牛乳 フルーツ
24日	25日	26日	27日	28日	29日
<b>ご飯 米</b> <b>ハンバーグ</b> ミンチ・玉葱・パン粉 <b>フランクフルト</b> フランクフルト <b>たご焼き</b> たこ・紅生姜・小麦粉 <b>フライドポテト</b> フライドポテト <b>白菜とうす揚げの旨煮</b> 白菜・人参・うす揚げ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>クリームコロッケ</b> カニ 粉乳・小麦粉・パン粉 <b>焼き豚</b> 焼き豚 <b>鮭ふんわり天</b> 鮭・玉葱・澱粉 <b>ブロッコリー</b> ブロッコリー <b>マカロニサラダ</b> マカロニ 人参・胡瓜・マヨネーズ <b>コーンスープ</b> 牛乳 コーン・コーンスープの素	<b>ご飯 米</b> <b>ぼら寿司</b> 干瓢・人参・椎茸 <b>玉子焼き</b> 卵 <b>厚揚げ</b> 厚揚げ <b>ひじき大豆</b> ヒジキ・大豆 <b>里芋</b> 里芋 <b>ごぼう天</b> ごぼう天 <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	<b>ご飯 米</b> <b>白身魚フライ</b> 白身魚・パン粉 <b>さつま芋の煮付け</b> さつま芋 <b>フーヨーハイ</b> 玉葱・人参・卵・カニ <b>春巻</b> 玉葱・筍・小麦粉・ミンチ <b>スパのミートソース</b> ミンチ スパゲッティ・ケチャップ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	カレーライス 米・豚肉・じゃが芋・玉葱 人参・カレールウ カツゼリー	ハム&ツナサンド ビスキー 牛乳 フルーツ
31日					
<b>ご飯 米</b> <b>魚の塩焼き</b> 銀鮭 <b>さつま芋の煮付け</b> さつま芋 <b>枝豆ふくら揚げ</b> 枝豆・山芋・澱粉 <b>肉団子</b> ミンチ・玉葱・小麦粉 <b>千切り大根の旨煮</b> 人参 千切り大根・うす揚げ <b>お味噌汁</b> 味噌 人参・キャベツ・豆腐	☆食材の搬入より、メニューが一部変更となる場合がございますが、ご了承下さい。				