

10がっ こんだてよていひょう

令和6年9月30日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

17日(木)は、完全給食の日。

(3~5歳児さんは、ご飯がいりません。)

*みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。



日	曜日	めにゅー			きゅうしよくのざいりょう			おうちでとりたいたべもの
		0~2歳児朝のおやつ	お昼の給食	みんなのおやつ	強いちからが出るたべもの(きいろ)	丈夫な体を作るたべもの(あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの(みどりいろ)	
1	火	やきいも・なし	いかだんごのあんかけ あきやさいのいり煮 ぶどう	ほっとどつぐ	さとう かたくりこ あぶら	いか とりミンチ たまご	たまねぎ なましいたけ しょうが にんじん ごぼう れんこん しめじ ほししいたけ ぶどう	海藻類・かんきつ類
2	水	おかし はちみつりんご	ろーどぼーく ゆでぶろっこりー ひじきとつなのかれーそてー おれんじ	ふる一つのぜりーがけ	さつまいも ごまあぶら さとう	ぶたにく めひじき つな	りんご たまねぎ とまとじゅーす きゃべつ こーん にんじん ぶろっこりー にんにく おれんじ	乳製品・葉もの
3	木	かすてら・おれんじ	ぎゅうにくのぼんずいため かぼちゃとれんこんのサラダ ばなな	がんばってね♡ くつきー	おりーぶおいる さとう まよねーず あぶら	ぎゅうにく ペーこん	こまつな にんじん たまねぎ かぼちゃ れんこん にんにく ばなな	大豆製品・淡色野菜
4	金	ばなな・りんご	なつとうぎょうざ ささみのごまあえ あきやさいのぶたじる なし	がとーきやらめる	ぎょうざのかわ あぶら しろすりごま さとう	なつとう とりささみ ぶた肉 木綿豆腐 あぶらあげ みそ	こねぎ もやし きゅうり にんじん ごぼう まいたけ ねぎ なし	たまご・緑黄色野菜
5	土		☆第25回きらきら運動会☆					
7	月	2色くらっかー 乳酸菌飲料	まーぼーなす まろんサラダ おれんじ	すいーとぽてとばー	ごまあぶら さとう くり かたくりこ まよねーず	ぶたミンチ かにかま むきえび	なす たまねぎ にんにく しょうが こねぎ きゃべつ きゅうり おれんじ	大豆製品・葉もの
8	火	おかし ばななじゅーす	さけのぼてとちーずやき ぶどう きのこすばげってい みるくすーぶ	わかめとじゃこの かりんとう	じゃがいも すばげってい ばたー	さけ ちーず ぎゅうにゅう ペーこん とりにく	ばせり にんにく なましいたけ しめじ えりんぎ まいたけ こねぎ きゃべつ 人参 たまねぎ ぶどう	海藻類・ごま類
9	水	しゅがーとーすと のむよーぐると	ほししいたけとはるさめのにこみ きゅうりとたまねぎのあえもの ばなな	かぼちゃぱりん	はるさめ あぶら さとう しろごま	ぶたにく わかめ かにかま	たまねぎ ぶろっこりー にんじん たけのこ しそ ほししいたけ しょうが きゅうり ばなな	たまご・いも類
10	木	がちぜりー・ばなな	だいずつくねのめんちかつ なし はくさいのれもんあえ ペーこんすーぶ	おれんじまふいん	かたくりこ あぶら さとう	だいず とりミンチ たまご もめんどうふ ペーこん	たまねぎ にんじん ほうれんそう はくさい れもん ほししいたけ こねぎ なし	乳製品・淡色やさい
11	金	うえはーす おれんじ	さかなのうめ煮 わふうこーんすーぶ ぶたにくとだいのみそ煮 ぶどう	のりのりおにぎり	さとう ごまあぶら かたくりこ	しろみさかな ぶたにく みそ あかみそ とりにく たまご	しょうが うめぼし 大根 人参 ほししいたけ ねぎ ぴーまん 玉ねぎ ちんげん菜 <リ>ーむこーん ぶどう	海藻類・いも類
12	土	おかし ぎゅうにゅう	しおやきそば つなごまきゅうり おれんじ	おかし	やきそばめん ごまあぶら しろごま	ぶたにく つな	にんじん たまねぎ きゃべつ たけのこ にんにく れもん きゅうり おれんじ	魚介類・葉もの
15	火	ばうむくーへん なし	さつまいもにくじゃが りんご こまつなもやしちゅうかあえ	よーぐると みるくぜりー	さつまいも 糸こんにゃく 油 ごまあぶら さとう しろごま	ぎゅうにく はむ	にんじん たまねぎ こまつな もやし りんご	たまご・やさい
16	水	まかろにの あべかわ	なまあげのあまからだれ いそびたし ごまみそしる おれんじ	あきの 2しょくくらっかー	かたくりこ 油 砂糖 やきふ まこもだけ しろすりごま	なまあげ きざみのり みそ あぶらあげ	きゃべつ ほうれんそう にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな おれんじ	肉類・淡色やさい
17	木	ぜりー	ひるぜんおこわ(おかやまけん) さわらのもみじあげ れんこんのしおきんぴら かき	むらすずめふう	こめ・もちごめ くり 油 さとう こむぎこ ごまあぶら	とりにく あぶらあげ たまご さわら ぶたミンチ	にんじん さやいんげん ごぼう ほししいたけ たまねぎ ばせり ぴーまん れんこん かき	乳製品・いも類
18	金	すなっくばん みろ	ちぐさやき ごもくひじき とうみょうのしおこんがなむる りんご	ふりふりぽてと	さとう いたこんにゃく あぶら ごまあぶら しろごま	とりミンチ 卵 すきむみるく 竹輪 めひじき 大豆 塩昆布	にんじん たまねぎ ほししいたけ たけのこ こねぎ さやいんげん とうみょう りんご	魚介類・かんきつ類
19	土	おかし ぎゅうにゅう	なほりたんやきうどん あまずきゃべつ ばなな	おかし	ゆでうどん あぶら ばたー さとう	ペーこん かにかま	にんじん たまねぎ ぴーまん こーん にんにく きゃべつ もやし ばなな	大豆製品・いも類
21	月		おたのしみランチ		♪誕生会の日の★ちょっとかわいい★ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいります♪			
22	火	やきいも・ばなな	さかなのしおあんかけ 5しょくやさいのおひたし りんご	ごまふれんちとーすと	ごまあぶら かたくりこ いとこんにゃく さとう	しろみさかな	にんじん たまねぎ ぴーまん しめじ もやし こまつな ぜんまい りんご	肉類・葉もの
23	水	ふるーちえ	げんこつあげ ちきんぼとふ ぶろっこりーとえびのサラダ おれんじ	さんまおにぎり	こむぎこ あぶら まよねーず じゃがいも	ぎゅうにく たまご むきえび ういんなー	たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ばせり おれんじ	乳製品・ごま類
24	木	うえはーす・みかん	ほいこうろう あぶらあげのサラダ ばなな	さつまいもと りんごのどーなつ	ごまあぶら じゃがいも さとう	ぶたにく あかみそ あぶらあげ	しょうが にんにく きゃべつ たまねぎ たけのこ ほししいたけ ざーさい きゅうり もやし ばなな	海藻類・緑黄色野菜
25	金	ここあさんど ぶどうじゅーす	とうふのぐらたん かき だいのんとペーこんのつがますたーど煮	こくとうぱりん	あぶら ばたー こむぎこ	もめんどうふ ぎゅうにゅう ちーず ペーこん	ほうれんそう たまねぎ しめじ あかぴーまん だいのん にんじん こまつな かき	魚介類・いも類
26	土	おかし ぎゅうにゅう	つなたますばげってい からふるサラダ りんご	おかし	すばげってい あぶら まよねーず	つな かつおぶし はむ	たまねぎ にんにく こねぎ こーん にんじん きゅうり りんご	たまご・緑黄色野菜
28	月	2色くらっかー はちみつりんご	もりのきのこかれー いりじゃこだいずサラダ おれんじ	まろんぱい	あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら	ぎゅうにく なまくりーむ だいず しらすぼし	人参 玉ねぎ まっしゅるーむ えのきたけ にんにく しめじ ぐりんぴーす きゃべつ こーん おれんじ	海藻類・ごま類
29	火	おかし おれんじじゅーす	☆親子バス遠足☆	みるきーかつぱ	♪給食は、お休みです。登園するお友達は、おかず入りのお弁当を持ってきましょう♪			
30	水	ぼいるういんなー	さばれんこんまよ はむのすーぶ きりぼしのびびんぱいため りんご	おふのここあらすく みかん	片栗粉 油 砂糖 まよねーず ごま油 しろすりごま 白ごま	さば ぶたにく はむ	れんこん にんにく こねぎ きりぼしだいこん もやし ほうれんそう にんじん きゃべつ たまねぎ りんご	大豆製品・いも類
31	木	がちあんぱん かるびすみるく	こうやどうふのちゃんがる ほうれんそうのきのこあえ ばなな	くらすく	あぶら さとう	こうやどうふ わかめ たまご あさり かつおぶし	にんじん たまねぎ ほうれんそう しめじ ばなな	肉類・やさい