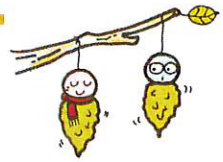




11月ようちえんメニュー

寒くなってきたね

いっぱい食べて風邪に負けないぞ！



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

1日

チョココッペパン
青ヒラスの味噌マヨ焼き
スマイルポテト
焼きそば

カロリー- 427kcal
たんぱく質 12.1g

2日

とんかつ
キャベツのソース炒め
コーンサラダ

カロリー- 412kcal
たんぱく質 12.8g

3日

文化の日

4日

豆乳コッペパン
鶏肉バーベキューソース焼
ドーナツコロッケ
焼きビーフン

カロリー- 433kcal
たんぱく質 13.3g

5日

星オムレツ
ホタテ風味フライ
蓮根の金平

カロリー- 427kcal
たんぱく質 13.4g

8日

オニオンコッペパン
パンプキンマカロニ
シェルマカロニサラダ
パイナップル

カロリー- 418kcal
たんぱく質 9.3g

9日

ハンバーグデミグラスソース
フライドポテト
筑前煮

カロリー- 443kcal
たんぱく質 11.4g

10日

ほっけ照り焼き
ポイルウインナー
ブロッコリーのおかか和え

カロリー- 404kcal
たんぱく質 16.5g

11日

パイナップルコッペパン
イカフライ
ハートかまぼこ
青菜のソテー

カロリー- 441kcal
たんぱく質 15.3g

12日

ポーク焼き肉
もやしナムル
海の野菜のサラダ

カロリー- 421kcal
たんぱく質 13.0g

15日

バーガーパン
チキンカツ
野菜炒め
カニカマコーンサラダ

カロリー- 431kcal
たんぱく質 12.7g

16日

サバの塩焼き
豆腐ナゲット
切干大根ソテー

カロリー- 429kcal
たんぱく質 14.7g

17日

炊き込みごはん
北海道野菜のふっくら揚げ
もやしと挽肉のソテー
青菜とシラスの磯辺和え

カロリー- 409kcal
たんぱく質 13.5g

18日

ソフトフランスパン
コーンクリームシチュー
コーンスローサラダ
チキンナゲット

カロリー- 411kcal
たんぱく質 12.1g

19日

さわら磯辺焼き
野菜入り鶏つくね
インゲンの胡麻和え

カロリー- 440kcal
たんぱく質 14.8g

22日

チョココッペパン
かぼちゃグラタン
カラフルウインナー
人参さつま

カロリー- 454kcal
たんぱく質 11.6g

23日

労働感謝の日

24日

鶏の唐揚げ
花形豆腐かまぼこ
キャベツのおかか和え

カロリー- 405kcal
たんぱく質 12.7g

25日

バーガーパン
星のコロッケ
焼きハム
マカロニナポリタン

カロリー- 448kcal
たんぱく質 11.5g

26日

チキンカレー
ブロッコリーサラダ
プチケーキメープル

カロリー- 404kcal
たんぱく質 10.3g

29日

背割りコッペパン
豚肉コロッケ
パスタソテー
ツナサラダ

カロリー- 455kcal
たんぱく質 9.4g

30日

鶏照り焼き
揚げシユーマイ
金平ごぼう

カロリー- 439kcal
たんぱく質 13.2g



- ★材料の入荷の都合により、一部献立を変更する場合がございますので、ご了承ください。
- ★食品衛生の為、お弁当は風通しの良い涼しい場所で保管し、お早めにお召し上がり下さい。
- ★魚料理は骨抜きしておりますが、万一の事を考え召し上がるよう、ご指導ください。
- ★お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございます。

給食センターからのお願いです。

お使いになられる箸・スプーン・フォークには記名をお願い致します。スペースがございましたら幼稚園名もご記入いただけますと迷子の際お戻ししやすくなります。ご協力お願い致します。



●お問い合わせ●

協同組合 多摩給食センター

羽村市神明台2-5-36
TEL:042-554-1002

献立・編集 管理栄養士 小林
FAX:042-554-1213

10月ようちえんメニュー

秋は美味しい食べ物がいっぱいだよ
好き嫌いなくなんでも食べよう!

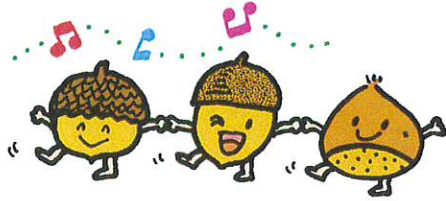
げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび



1日



豚肉の生姜炒め
ポイルもやし
大根サラダ

カロリー 437kcal
たんぱく質 12.9g

4日



豆乳コッペパン
イカフライ
野菜炒め
鶏と青菜の甘みそ和え

カロリー 416kcal
たんぱく質 11.7g

5日



メパルの照り焼き
スマイルポテト
ブロッコリーの胡麻和え

カロリー 421kcal
たんぱく質 15.6g

6日



豚肉ロquette
マカロニナポリタン
キャベツと鶏肉のごま煮

カロリー 446kcal
たんぱく質 10.2g

7日



チョココッペパン
鶏肉バーベキューソース焼
カラフルウインナー
青菜のおかか和え

カロリー 412kcal
たんぱく質 16.4g

8日



エビフライ
野菜入り鶏つくね
焼きビーフン

カロリー 411kcal
たんぱく質 11.0g

11日



パンコッペパン
ハンバーグ照り焼きソース
フライドポテト
カニカマコーンサラダ

カロリー 453kcal
たんぱく質 10.9g

12日



チキンカレー
シェルマカロニサラダ
魚介ナゲット

カロリー 442kcal
たんぱく質 10.9g

13日



さわら磯辺焼き
ポークシューマイ
焼きそば

カロリー 404kcal
たんぱく質 13.9g

14日



バーガーパン
とんかつ
キャベツのソテー
ポテトサラダ

カロリー 411kcal
たんぱく質 11.3g

15日



サバの西京竜田揚げ
ハートかまぼこ
金平ごぼう

カロリー 402kcal
たんぱく質 10.5g

18日



チョココッペパン
鶏照り焼き
ホタテ風フライ
レンコンとベーコンのソテー

カロリー 461kcal
たんぱく質 19.7g

19日



ホッケのゴマ焼き
ミニフランク
切干大根ソテー

カロリー 419kcal
たんぱく質 13.5g

20日



チキンカツ
青菜のお浸し
肉じゃが

カロリー 439kcal
たんぱく質 11.4g

21日



オニオンコッペパン
ハンバーグマトソース
スパゲティソーテー
ツナサラダ

カロリー 453kcal
たんぱく質 13.3g

22日



星のロquette
野菜シューマイ
もやしと焼肉のソテー

カロリー 446kcal
たんぱく質 12.2g

25日



バーガーパン
デミグラスポーク
ポイルキャベツ
ブロッコリーサラダ

カロリー 460kcal
たんぱく質 13.0g

26日



鶏の唐揚げ
花形豆腐かまぼこ
中華春雨

カロリー 413kcal
たんぱく質 11.7g

27日



さばの一塩
チキンナゲット
インゲンの胡麻和え

カロリー 434kcal
たんぱく質 15.2g

28日



背割りコッペパン
ポークカレー
コールスローサラダ
黄桃缶

カロリー 428kcal
たんぱく質 8.1g

29日



わかめごはん
かぼちゃのグラタン
ミニアメリカンドッグ
にんじんかまぼこ煮

カロリー 444kcal
たんぱく質 9.0g

★材料の入荷の都合により、一部献立を変更する場合がございますので、ご了承ください。
★食品衛生の為、お弁当は風通しの良い涼しい場所で保管し、お早めにお召し上がり下さい。 給食センターからのお願いです。
★魚料理は骨抜きしておりますが、万一の事を考え召し上がるよう、ご指導ください。
★お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございます。

お使いになられる箸・スプーン・フォークには記名をお願い致します。
スペースがございましたら幼稚園名もご記入いただけますと
迷子の際お戻しやすくなります。ご協力お願い致します。



●お問い合わせ●

協同組合 多摩給食センター

羽村市神明台2-5-36
TEL: 042-554-1002

献立・編集 管理栄養士 小林
FAX: 042-554-1213