



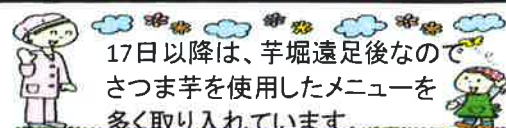
# 2020. 10月給食献立表

田町保育園



日	献立	3歳未満児10時おやつ	15時おやつ
★1 木	お月見うどん レバーみそ煮 ほうれん草ごま和え オレンジ	味しらべ	みたらし団子 牛乳
2 金	わかめごはん かぼちゃみそ汁 鶏照り焼き かみかみサラダ バナナ	ぱりんこ	りんごゼリー 牛乳
3 土	《 運動会 》		
4 日			
5 月	チーズパン ビーフシチュー サラスパサラダ グレープフルーツ	ウエハース	オレンジケーキ 牛乳
6 火	たくあんごはん わかめみそ汁 豆腐五目揚げ ポテトサラダ りんご	白い風船	プリン
7 水	麦ごはん きのことスープ ミートローフ レーズンサラダ オレンジ	マリー	きなこコッペパン 牛乳
8 木	ゆかりごはん じゃが芋スープ 鶏マーマレード焼き 大根ツナ和え バナナ	味しらべ	リッツサンド 牛乳
9 金	雑穀ごはん えのきすまし汁 鮭香味焼き マカロニサラダ オレンジ	カルシウム せんべい	水ようかん 牛乳
10 土	のり佃煮ごはん 親子煮 キャベツりんご酢の物 グレープフルーツ	ポーロ	菓子
11 日			
12 月	ナポリタン もやしスープ ひじきサラダ バナナ	ぱりんこ	ねぎ焼き 牛乳
13 火	麦ごはん とろろ昆布すまし汁 鶏青のり焼き 白和え りんご	ウエハース	ジャムサンド 牛乳
14 水	ロールパン ポークビーンズ ウィンナーサラダ グレープフルーツ 牛乳	白い風船	ごま塩昆布おむすび
15 木	黒豆あかねごはん カマボコすまし汁 焼きさんま 切り干し大根煮 チーズ オレンジ	カルシウム せんべい	菓子 牛乳
16 金	きなこごはん 大根みそ汁 豚肉しょうが煮 キャベツなめたけ和え バナナ	味しらべ	マンゴーゼリー 牛乳
17 土	《 お弁当の日 》		
18 日			
19 月	麦ごはん 芋みそ汁 干草焼き ほうれん草おかか和え レバーカレー炒め オレンジ	マリー	ココア蒸しパン 牛乳
★20 火	赤飯 コロコロスープ チキンカツ フレンチサラダ りんご	白い風船	さつま芋モンブラン ココア
21 水	醤油ラーメン 揚げぎょうざ チンゲン菜ハム中華和え グレープフルーツ	ウエハース	五平もち 牛乳
★22 木	高菜ごはん にらスープ ゆで豚ポン酢和え 春雨サラダ オレンジ	カルシウム せんべい	クラスでフルーチェ作り
23 金	ふりかけごはん 麩みそ汁 手羽元甘酢煮 キャベツ昆布和え バナナ	ぱりんこ	フレンチトースト 牛乳
24 土	鶏ごぼうごはん キャベツみそ汁 もやし酢の物 りんご	ポーロ	菓子
25 日			
26 月	麦ごはん トマトスープ さつま芋コロッケ 大根しらす和え オレンジ	味しらべ	グリーンケーキ 牛乳
27 火	カレーライス ゆで卵 小松菜サラダ りんご	マリー	スナックパン 牛乳
28 水	丸パン 卵スープ 鶏ピザ焼き さつま芋レーズンマヨ和え グレープフルーツ	白い風船	焼きとうもろこし おむすび
29 木	さつま芋ごはん しめじみそ汁 カレイ照り焼き チンゲン菜酢の物 金時豆煮 バナナ	カルシウム せんべい	あんトースト 牛乳
★30 金	おばけライス かぼちゃシチュー 骨付きチキン キャベツコーンサラダ ーロゼリー りんご	ウエハース	ハロウィンクッキー 牛乳
31 土	たこめし 豚汁 さつま芋サラダ グレープフルーツ	ポーロ	菓子

※行事、材料の都合などにより、  
献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。  
※3歳未満児の10時のおやつには、  
スキムミルクがつかます。

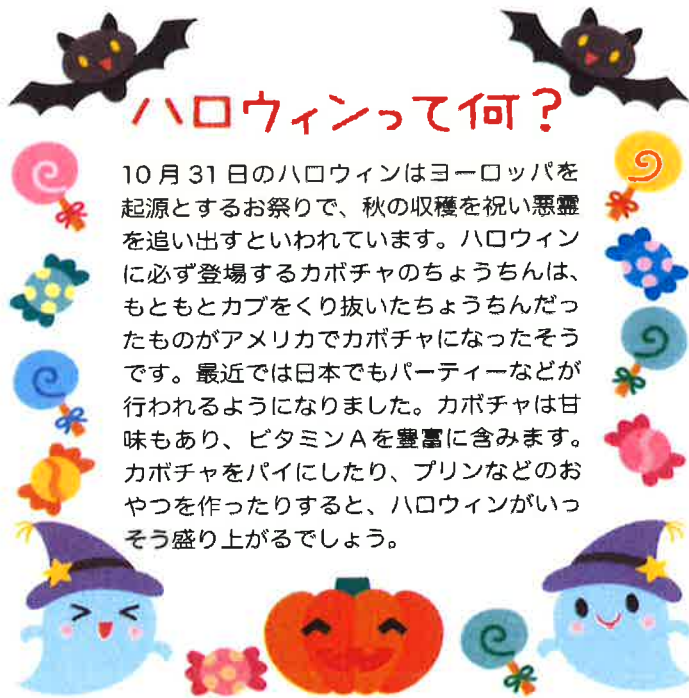


# 給食だより

## 🎃 10月行事食 🎃

- ★1日(木) お月見献立
- ★20日(火) お誕生会
- ★30日(金) ハロウィン献立

10月31日は、Hallowe'en です☆三



### ハロウィンって何?

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがもっと盛り上がるでしょう。

☆ 保育園では、30日をハロウィンパーティとして給食でもおばけライス、ハロウィンクッキーなどハロウィンメニューを予定しています😊



## 《 かぼちゃのビスケット 》



### 【準備しておくこと】

★かぼちゃはレンジでチンしてもOKです。

★かぼちゃをさつま芋に変えることも出来ます。

★ かぼちゃはワタを取り、蒸すか茹でておく。  
〈→茹でる場合はゆで上げりによく水分を飛ばしておく。〉

★ バターは室温で柔らかくする。

### ◎ 材料 ◎

- ・かぼちゃ皮× … 40g
- ・バター … 40g
- ・砂糖 … 20g
- ・薄力粉 … 80g

※ 約4cm角8枚分 ※

### ◎ 作り方 ◎

- ① ボウルにバターを入れ、砂糖を加えてすり混ぜ、つぶしたかぼちゃを加えてへらで混ぜ合わせる。さらに、ふるった薄力粉を加えて混ぜ合わせる。
- ② 打ち粉をしてから麺棒で厚さ5mmくらいに伸ばし、型を抜く。
- ③ 180℃のオーブンで約10～15分程焼く。

