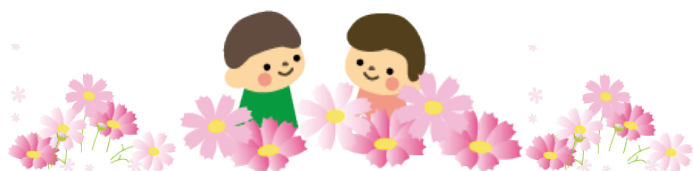


10月予定献立表

まつばら保育園



			1日(木)	2日(金)	3日(土)
			ごはん 鮭タルタルパン粉焼き 切干大根のみそ汁 干草のお浸し 肉まん	ごはん 鶏のごまがらめ ふのりのみそ汁 もやしのサラダ チョコプリン	ゆかりごはん ししゃも磯辺揚げ 厚揚げとチンゲン菜のみそ汁 胡瓜とちくわのナムル 麩のラスク
5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
ごはん ポークジンジャー さつま芋のみそ汁 和風マカロニサラダ にんじんケーキ	たらこスパゲティ ポトフ コブサラダ 中華おこわおにぎり	さんまの蒲焼丼 ほうとう汁 こぎつねサラダ 豆乳バナナケーキ	2色おにぎり 鶏の唐揚げ 卵焼き なめこのみそ汁 ウィンナー フロッキー ミニゼリー きな粉ラスク	ロールパン ポテトアンナ オニオンスープ コールスローサラダ 焼きそば	ビビンバ 春雨スープ 切干大根中華サラダ ワッフル
12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
ごはん 肉豆腐 かに玉スープ ピーマンのおかか和え ウィンナーパン	カレーうどん ポパイサラダ 煮豆 たぬきおにぎり	ごはん さばのケチャップ焼き 根菜あられ汁 鶏と胡瓜の中華サラダ スイートポテト	ごはん タンドリーチキン きゃべつのみそ汁 ジャーマンポテト ブチパン	鶏ごぼうごはん 鮭の西京焼き すまし汁 切干大根ミルク煮 オレンジゼリー	ごはん 花咲しゅうまい チンゲン菜のスープ 胡瓜とわかめとツナの酢の物 ピーナッツかりんとう
19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
わかめごはん マーボー大根 中華風コーンスープ 小魚サラダ ココロボール	スパゲティボリタン イタリタンスープ マセドアンサラダ 鮭わかめおにぎり	ごはん 鮭の味噌チーズ焼き いものこ汁 なめたけ和え ブラウニー	だまっこ 焼き豚サラダ ヨーグルト ピザトースト	ごはん かりかりチキンの葱ソース レタススープ ハンサンスー マーラーカオ	ごはん 擬製豆腐 かぶのみそ汁 塩昆布和え コンコンブル
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
ごはん 鶏のさっぱり煮 南瓜のみそ汁 カミカミサラダ フルーツカスタード	磯ちゃんぽん バンバンジー お誕生会スイーツ	ごはん カレーの唐揚げ まいたけと芹のみそ汁 青菜の納豆和え さつま芋の黒糖蒸しパン	カレーライス ミネストローネ シーザーサラダ ソフトミルクゼリー	ごはん ポークチャップ 白湯スープ レンコンサラダ かぼちゃパン	鶏そぼろ丼 芋だんご汁 五色和え 豆腐のお好み焼き風

世界の料理 22日(木)

日本(郷土料理)



今月は、初の総理大臣が誕生した秋田の郷土料理「**だまっこ**」です。クッキングを通し味わいたいと思います。

「だまっこ」は粒が少し残る程度につぶしたご飯を直径3センチほどに丸め、主に鍋の具材として用います。「だまこ」とは「玉」に「こ」がついたものであり、**だまこ**、**だまっこ**、**やまもち**とも呼ばれ、だまこもちが入った鍋は、だまこ鍋といわれます。



秋田県