

10月献立表

みのり保育園

	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 土	ちゃんぽんうどん おかか和え くだもの	うどん・豚ばら・玉葱・キャベツ・もやし・にら・醤油 鶏がら・ごま油 キャベツ・胡瓜・人参・醤油・かつお節 あんぱん
3 月	ごはん 牛肉とごぼうのしぐれ煮 切干大根のごま酢和え もやしの味噌汁 くだもの	米 牛肉・ごぼう・えのき・醤油・砂糖・酒・生姜 切干大根・人参・ツナ・ほうれん草・ごま・酢・醤油・砂糖 もやし・人参・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌
4 火	ごはん さばの味噌漬け焼き れんこんきんぴら 白菜の味噌汁 くだもの	米 鯖・酒・みりん・味噌 蓮根・人参・豚ひき肉・醤油・酒・ごま油・みりん・ごま 白菜・油揚げ・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌
5 水	ぶどうパン ハンバーグ カレーマカロニサラダ かぶのスープ くだもの	ぶどうパン 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・中濃ソース・ケチャップ・砂糖 マカロニ・ツナ・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・カレー粉 かぶ・かぶの葉・ベーコン・玉葱・えのき・人参・コンソメ・塩
6 木	味噌ラーメン さつま芋の甘煮 ごぼうサラダ くだもの	中華麺・豚ばら・人参・玉葱・もやし・ほうれん草 コーン・ねぎ・味噌・鶏がらだし・ごま油 さつま芋・砂糖・醤油 ごぼう・人参・ほたて缶・胡瓜・ごま・酢・醤油・砂糖・ごま油
7 金	ツナと舞茸のごはん ごまからあげ 大根サラダ 野菜スープ くだもの	米・ツナ・舞茸・人参・ねぎ・醤油・酒・みりん・ごま油・塩 鶏もも・醤油・酒・にんにく・生姜・ごま・黒ごま・油 大根・ブロッコリー・ハム・かつお節・酢・醤油・ごま油 人参・椎茸・えのき・キャベツ・鶏がら・醤油
8 土	梅じゃこチャーハン 三色和え 豆腐スープ くだもの	米・豚ばら・しらす・梅干し・玉葱・ねぎ・ごま油 醤油・塩・酒・にんにく・ごま 胡瓜・もやし・人参・ごま・醤油・酢・砂糖・ごま油 豆腐・えのき・人参・わかめ・ねぎ・醤油・鶏がら
10 月	スポーツの日	
11 火	ごはん 豆腐チャンプルー もやしの和え物 さつま芋の味噌汁 くだもの	米 豚もも・豆腐・しめじ・人参・キャベツ・鶏がら・醤油・酒・みりん もやし・切干大根・胡瓜・人参・ごま・酢・醤油・ごま油・砂糖 さつま芋・玉葱・キャベツ・人参・味噌 梨紅茶ケーキ
12 水	ごはん 鶏の梅味噌焼き ごまネーズサラダ のっぺい汁 くだもの	米 鶏もも・梅・味噌・砂糖・醤油・酒 キャベツ・胡瓜・竹輪・ごま・マヨネーズ・醤油・酢 里芋・人参・大根・油揚げ・ねぎ・塩・醤油
13 木	ごはん 豚肉の中華炒め にんじんきんぴら 春雨スープ くだもの	米 豚ばら・玉葱・キャベツ・チンゲン菜・生姜・にんにく・醤油・みりん・鶏がら・塩 人参・えのき・エリンギ・醤油・砂糖・ごま・ごま油 春雨・キャベツ・玉葱・コーン・鶏がら
14 金	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜の煮物 大根の味噌汁 くだもの	米 鮭・塩・キャベツ・人参・油・味噌・醤油・酒・みりん・砂糖 南瓜・砂糖・醤油 大根・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌
15 土	じゃが芋の塩昆布マヨ くだもの	中華麺・豚肉・しめじ・キャベツ・コーン・もやし・ねぎ しょうゆ・鶏がら・ごま油・塩 じゃが芋・塩昆布・マヨネーズ・ごま ぶどうゼリー

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
17 月	ごはん 鶏の甘辛煮 じゃが芋の中華和え なめこ汁 くだもの	米 鶏もも・生姜・酒・砂糖・みりん・醤油 じゃが芋・胡瓜・ハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 なめこ・豆腐・玉葱・キャベツ・わかめ・ねぎ・味噌	干し芋 ビーフン ビーフン・豚ばら・玉葱・人参 ピーマン・醤油・ごま油・鶏がらだし
18 火	けんちんうどん 金時豆煮 ほうれん草のナムル くだもの	うどん・鶏もも・大根・白菜・里芋・人参・ねぎ・醤油 みりん・塩・ごま油 金時豆・砂糖・醤油 ほうれん草・もやし・人参・ハム・コーン・ごま油・醤油	マンナウエハース 梅マヨ昆布おにぎり 米・梅干し・ごま・マヨネーズ・塩昆布
19 水	さつま芋カレー チーズ キャベツサラダ くだもの	米・豚ばら・さつま芋・玉葱・人参・しめじ りんご・カレールー・油 チーズ キャベツ・胡瓜・人参・コーン・ツナ・醤油・酢・砂糖	クラッカー マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩
20 木	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 切干大根煮 麩のすまし汁 くだもの	米 鶏もも・味噌・醤油・みりん・砂糖・ごま 切干大根・油揚げ・人参・かつお節・醤油・砂糖・みりん 麩・えのき・玉葱・わかめ・ねぎ・醤油・塩	マンナビスケット マロンケーキ ホットケーキミックス・砂糖・バター 牛乳・栗の甘露煮
21 金	お弁当の日		ルヴァン 芋パン
22 土	炊き込みごはん 白菜の和え物 じゃが芋の味噌汁 くだもの	米・鶏もも・人参・椎茸・ごぼう・みつば・醤油・みりん・酒・塩 白菜・キャベツ・人参・かつお節・醤油・ごま じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・ねぎ・味噌	おやつ オレンジゼリー
24 月	クロワッサン 鶏肉のカレー焼き ポテトサラダ レタススープ くだもの	クロワッサン 鶏もも・塩・にんにく・醤油・砂糖・カレー粉 じゃが芋・胡瓜・人参・ツナ・マヨネーズ・塩 レタス・ベーコン・人参・玉葱・牛乳・コンソメ・塩	どうぶつビスケット チャーハン 米・豚ひき肉・玉葱・ピーマン・油 醤油・塩
25 火	ごはん 鶏レバーの味噌煮 切干大根サラダ ねぎゴマスープ くだもの	米 鶏レバー・生姜・味噌・砂糖・みりん・酒 切干大根・人参・竹輪・酢・砂糖・醤油・油・ごま キャベツ・春雨・豚ひき肉・白ねぎ・生姜・ごま・酒・醤油・鶏がら	とろペー スイートポテト さつま芋・砂糖・バター・牛乳
26 水	ごはん 厚揚げ回鍋肉 ごぼうとコーンのサラダ わかめスープ くだもの	米 豚ばら・人参・キャベツ・ピーマン・厚揚げ・味噌・酒・砂糖・醤油 ごぼう・胡瓜・醤油・みりん・ハム・コーン・マヨネーズ・ごま わかめ・玉葱・人参・えのき・ごま・醤油・鶏がら	アンパンマンビスケット クラッカーサンド クラッカー・マーメイドジャム
27 木	ごはん かれのい幽庵焼き 納豆和え 豆腐の味噌汁 くだもの	米 かれのい・みりん・醤油・酒・レモン果汁 ほうれん草・キャベツ・人参・納豆・醤油・かつお節・ごま 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	クラッカー 抹茶のサクサククッキー 小麦粉・生クリーム・バター・砂糖 ベーキングパウダー・抹茶
28 金	ごはん のりマヨチキン チョレギ風サラダ じゃが芋のすまし汁 くだもの	ごはん 鶏もも・マヨネーズ・にんにく・塩・のり キャベツ・竹輪・人参・のり・醤油・ごま油・ごま じゃが芋・しめじ・玉葱・人参・ねぎ・醤油・塩	干し芋 チヂミ 小麦粉・片栗粉・豚ばら・ニラ・コーン 塩・チーズ・ごま油・醤油・酢・砂糖
29 土	野菜あんかけ丼 具だくさん汁 くだもの	米・豚ばら・玉葱・人参・もやし・しめじ・砂糖・みりん 醤油・酒・片栗粉・油 豆腐・人参・玉葱・ねぎ・さつま芋・味噌	おやつ いちごジャムパン
31 月	ごはん チャブチェ スティックサラダ 五目汁 くだもの	米 牛ばら・玉葱・人参・椎茸・春雨・白ねぎ・ごま・にんにく・鶏がらだし・醤油・ごま油 胡瓜・大根・酢・砂糖・醤油・かつお節 ごぼう・鶏もも・人参・豆腐・さつま芋・ねぎ・味噌	マンナウエハース かぼちゃケーキ ホットケーキミックス・砂糖 牛乳・南瓜・バター

☆未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は給食・午後おやつの時に牛乳を提供しています。

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

☆マヨネーズは卵・乳製品不使用の物を使用しています。