







# 10月 献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき田和山第2保育園

★NEW (新メニュー)

	献立名	材料名	おやつ (朝: 乳児部のみ)
1 (土)	<b>なかよし運動会 (お弁当の日)</b>  ※必ず火の通った物を入れて下さい。 ミニトマトやブドウはお子様にあった切り方をお願いします。		クラッカー おやつパン
3 (月)	ごはん 鶏の照り焼き 里芋の旨煮 わかめの味噌汁  梨	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・生姜 里芋・切干大根・人参・油揚げ・かつお昆布だし・醤油・みりん・砂糖 わかめ・椎茸・板こんにゃく・葱・味噌・煮干し昆布だし	ルヴァン たこ揚が (木綿豆腐・たこ・キャベツ・葱・小麦粉・卵・ 揚げ油・お好みソース)
4 (火)	ごはん 焼き肉 さつまいもサラダ 卵スープ  バナナ	米 豚肉・にら・もやし・玉葱・おろし生姜・おろしこんにゃく・みりん・酒・砂糖・醤油・油 さつまいも・きゅうり・ハム・マヨネーズ 白葱・コーン・人参・卵・鶏がら	ビスケット お麩のラスク (お麩・バター・グラニュー糖)
5 (水)	ごはん かれいのきのこあんかけ レモン和え もやしの味噌汁 グレープフルーツ	米 かれい・片栗粉・揚げ油・えのき・しめじ・エリンギ・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 きゅうり・人参・大根・レモン・酢・砂糖・薄口 もやし・油揚げ・玉葱・みつば・味噌・煮干し昆布だし	プレン ホットビスケット (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・ 砂糖・生クリーム)
6 (木)	ごはん 厚焼きたまご 納豆和え なめこの味噌汁  オレンジ	米 卵・ツナ・玉葱・人参・さやえんどう・かつお昆布だし・酒・砂糖・塩・油 ほうれん草・切干大根・人参・挽わり納豆・もみり・醤油 なめこ・木綿豆腐・玉葱・ねぎ・味噌・煮干し昆布だし	クラッカー スイートポテト (食パン・さつまいも・バター・生クリーム・砂糖・ 黒こま)
7 (金)	ごはん すき焼き風煮 ゆかり和え 油揚げの味噌汁  バナナ	米 牛肉・豚肉・玉葱・人参・白菜・椎茸・木綿豆腐・白葱・醤油・砂糖・酒 キャベツ・人参・ツナ・ゆかり 油揚げ・大根・えのき・葱・味噌・煮干し昆布だし	スティックビスケット リッツサンド (リッツ・ブルーベリージャム)
8 (土)	豚丼 玉葱スープ  オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・椎茸・葱・酒・みりん・砂糖・醤油・かつお昆布だし わかめ・玉葱・コーン・鶏がら・塩	クラッカー おやつパン
10 (月)	 <b>スポーツの日</b> 		
11 (火)	ごはん 鶏の梅おなか焼き ほうれん草のごま和え さつまいもの味噌汁  バナナ	米 鶏肉・梅干し・マヨネーズ・醤油・かつお節 ほうれん草・たけのこ・人参・ごま・醤油・砂糖 さつまいも・厚揚げ・玉葱・葱・味噌・煮干し昆布だし	ビスケット オレンジゼリー
12 (水)	きのこスパゲッティー 南瓜のセサミサラダ トマト グレープフルーツ	スパゲッティー・ツナ・えのき・しめじ・椎茸・玉葱・しそ・もみり・バター・醤油・酒・塩・コンソメ 南瓜・きゅうり・人参・すりごま・マヨネーズ トマト	プレン ココアチーズケーキ (クリームチーズ・砂糖・卵・小麦粉・ 生クリーム・レモン果汁・ココア)
13 (木)	ごはん 鯖の味噌煮 きゅうりとわかめの酢の物 お麩のすまし汁  オレンジ	米 鯖・生姜・酒・みりん・醤油・砂糖・味噌 きゅうり・わかめ・かまぼこ・酢・砂糖・薄口 お麩・椎茸・木綿豆腐・葱・薄口・塩・かつお昆布だし	クラッカー りんごのショートブレッド (小麦粉・バター・砂糖・りんごジャム・牛乳)
14 (金)	黒糖丸パン レバーのケチャップ煮 コロコロサラダ じゃが芋のスープ  バナナ	黒糖丸パン 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・ケチャップ・中濃ソース 大根・人参・大豆・酢・薄口・砂糖・油 じゃが芋・玉葱・コーン・ベーコン・コンソメ	スティックビスケット さつまいもおこぎり (米・さつまいも・黒こま・酒・塩・昆布)
15 (土)	鶏の混ぜごはん 白菜の味噌汁  オレンジ	米・鶏肉・椎茸・油揚げ・みつば・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口・昆布 白菜・しめじ・切干大根・油揚げ・葱・ごま油・味噌・煮干し昆布だし	クラッカー おやつパン
17 (月)	ごはん 白麻婆豆腐 ハンサンスー サンラータン  バナナ	米 木綿豆腐・豚肉・玉葱・人参・干し椎茸・葱・おろしこんにゃく・おろし生姜・鶏がら・酒・片栗粉・ごま油 はるさめ・きゅうり・ハム・ごま油・酢・砂糖・薄口・すりごま 卵・しめじ・しそ・醤油・塩・こしょう・鶏がら・酢・ごま油・片栗粉	ルヴァン 抹茶蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・抹茶)

	献立名	材料名	おやつ
18 (火)	★乳児誕生会 吹き寄せごはん 鮭のとろろ焼き おかか和え けんちん汁 ぶどう	米・えび・しめじ・みつば・酒・みりん・薄口・塩 鮭・長芋・マヨネーズ・醤油・酒 人参・れんこん・醤油・かつお節 ごぼう・人参・大根・里芋・板こんにゃく・白葱・薄口・塩・みりん・ごま油・かつお昆布だし ぶどう	ビスケット ポーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖)
19 (水)	ごはん 手羽元のマーマレード煮 白菜のごま和え 里芋の味噌汁 オレンジ	米 鶏手羽肉・みりん・マーマレード・醤油・油 白菜・ほうれん草・きゅうり・ツナ・醤油・ごま 里芋・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し昆布だし オレンジ	プレン もちもちマーマレードパン (団子の粉・マーマレード・油・牛乳・砂糖)
20 (木)	さつま芋のハヤシライス ブロッコリーのサラダ ゆで卵 梨	米・豚肉・さつま芋・人参・玉葱・ハヤシライスルー・油 ブロッコリー・コーン・酢・薄口・砂糖・油 卵・塩  梨	クラッカー くるくるパイ (パイ生地・グラニュー糖)
21 (金)	ごはん 鶏の塩麹焼き きんぴられんこん 南瓜の味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・塩麹・おろしにんにく・おろし生姜・酒・醤油・砂糖・こしょう れんこん・人参・豚挽肉・しらたき・ごま油・醤油・みりん・砂糖・ごま・かつお昆布だし 南瓜・玉葱・白葱・味噌・煮干し昆布だし オレンジ	スティックビスケット 高野の揚菓子 (高野豆腐・揚げ油・きな粉・砂糖・塩)
22 (土)	チキンライス マカロニスープ バナナ	米・鶏肉・玉葱・ミックスベジタブル・ケチャップ・塩 マカロニ・人参・玉葱・しめじ・コンソメ バナナ	クラッカー おやつパン
24 (月)	納豆そぼろ丼 ひじきの煮物 大根の味噌汁 オレンジ	米・挽肉納豆・豚挽肉・酒・にら・キャベツ・白葱・油・醤油・砂糖・塩・ごま油 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油・かつお昆布だし 大根・しめじ・もやし・みつば・味噌・煮干し昆布だし オレンジ	ルヴァン れんこんチップス(カレー味) (れんこん・揚げ油・カレー粉・コンソメ)
25 (火)	南瓜豆腐丸パン ポークビーンズ ブロッコリーのマヨ和え かぶのスープ バナナ	南瓜豆腐丸パン 豚肉・大豆・玉葱・人参・じゃが芋・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・砂糖・油 ブロッコリー・醤油・マヨネーズ ウインナー・かぶ・かぶの葉・人参・しめじ・コンソメ・塩 バナナ	ビスケット ゆかりチーズおにぎり (米・ゆかり・チーズ)
26 (水)	ごはん 鶏ごぼうバーグ ピーマンのツナ和え お麩の味噌汁 オレンジ	米 鶏挽肉・玉葱・ごぼう・葱・長芋・生姜・醤油・酒・塩・片栗粉 ピーマン・人参・ツナ・酢・砂糖・醤油・ねりごま お麩・白菜・板こんにゃく・葱・味噌・煮干し昆布だし オレンジ	プレン ビーフン (ビーフン・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・ 醤油・酒・塩・ごま油)
27 (木)	★幼児誕生会 きのこごはん 鶏のりんごソースがけ 塩っぺ和え 豆腐の味噌汁 ぶどう	米・椎茸・しめじ・えのき・葱・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・昆布・バター 鶏肉・おろし生姜・酒・片栗粉・揚げ油・りんご・玉葱・醤油・酢・砂糖 キャベツ・もやし・人参・塩こんぶ 玉葱・木綿豆腐・白葱・味噌・煮干し昆布だし ぶどう	クラッカー フルーツヨーグルト (ヨーグルト・バナナ・柿・ りんご・みかん) 
28 (金)	ごはん 鯖の西京焼き 白和え はんぺんのすまし汁 グレープフルーツ	米 鯖・白味噌・みりん・砂糖・酒 木綿豆腐・ほうれん草・白菜・しらたき・人参・すりごま・白味噌・みりん・砂糖・薄口 はんぺん・大根・舞茸・みつば・塩・薄口・かつお昆布だし グレープフルーツ	スティックビスケット チヂミ (にら・玉葱・人参・卵・干しエビ・小麦粉・ 片栗粉・ポン酢・ごま)
29 (土)	肉うどん 和風ポテト バナナ	うどん・豚肉・油揚げ・玉葱・しめじ・人参・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん・かつお昆布だし じゃが芋・油・青のり・ゆかり・ごま・塩 バナナ	クラッカー おやつパン
30 (月)	ロールパン チキンナゲット  黒ごまサラダ パンプキンシチュー オレンジ	ロールパン 鶏挽肉・木綿豆腐・玉葱・生姜・にんにく・塩・こしょう・片栗粉・揚げ油 きゅうり・キャベツ・人参・黒ごま・ゆかり 鶏肉・南瓜・玉葱・人参・バター・牛乳・クリームシチュールー オレンジ	ルヴァン ハロウィンクッキー (小麦粉・無塩バター・砂糖・ベーキングパウダー・ 卵・南瓜・ココア) 

※献立の中の食材で、まだ家庭で食べていないものがありましたらその日までに家庭で食べてください。  
(家庭で食べたことのない物は保育園では提供することができません。)

※ハム・ベーコン・ウインナー・焼豚・ちくわ・肉団子については、卵・乳製品不使用のものを使用しています。  
マヨネーズについては、卵不使用のものを使用しています。  
梅干しについては、はちみつ入りの物を使用しています。(必ず1歳を過ぎてから食べてください)

★うめ組～さくら組は朝おやつ・昼おやつの際に牛乳を飲み、ばら組～ひまわり組は、給食・昼おやつの際に牛乳を飲みます。  
★天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください。