

# 10月幼児食献立表

みのり乳児保育園

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 土	ごぼうピラフ 人参スープ くだもの	米・ごぼう・豚ばら・玉葱・人参・しめじ・コーン・油・食塩 コンソメ・パセリ 人参・豆腐・えのき・わかめ・コンソメ・食塩・バター	おやつ・牛乳 栗パン・牛乳
3 月	ごはん 鶏のねぎマヨ焼き ひじきの煮物 お麸の味噌汁 くだもの	米 鶏もも・マヨネーズ・醤油・みりん・ねぎ ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・ごま油・ごま・かつお節 麸・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	アンパンマンビスケット・牛乳 さつま芋コロッケ・牛乳 さつま芋・玉葱・牛挽肉・コーン・食塩 小麦粉・パン粉・ケチャップ・ウスター・砂糖
4 火	黒糖パン ポークチャップ しめじとベーコンのペニーネ コンソメスープ くだもの	黒糖パン 豚ロース・小麦粉・ケチャップ・ウスター・砂糖・みりん ペニーネ・しめじ・ベーコン・人参・油・ににく・牛乳・コンソメ・パセリ粉 玉葱・人参・キャベツ・チングン菜・えのき・コンソメ・食塩・バター	とろべー・牛乳 塩昆布おにぎり・牛乳 米・塩昆布・ごま
5 水	ごはん 鮭の塩こうじ焼き 南瓜のそぼろ煮 人参の味噌汁 くだもの	米 鮭・塩こうじ・ににく 南瓜・鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	マンナビスケット・牛乳 アップルパイ・牛乳 バイシート・りんご・砂糖・グラニュー糖
6 木	ごはん 中華風チキン ツナサラダ もやしの味噌汁 くだもの	米 鶏もも・玉葱・生姜・ににく・醤油・みりん・酒・ごま・ごま油 ツナ・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ・醤油 もやし・人参・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	干しうどん・牛乳 柿と紅茶のケーク・牛乳 ホットケーキ粉・紅茶葉・柿・砂糖 バター・牛乳
7 金	ごはん 牛肉の大和煮 もやしの中華和え しめじの味噌汁 くだもの	米 牛ばら・玉葱・生姜・砂糖・醤油・酒 もやし・人参・胡瓜・ごま油・醤油・酢 しめじ・玉葱・ねぎ・豆腐・キャベツ・味噌	ルヴァン・牛乳 さつま芋のチヂミ・牛乳 小麦粉・片栗粉・さつま芋・豚ばら・にら コーン・食塩・ごま油・醤油・酢・砂糖
8 土	鶏丼 具だくさん汁 くだもの	米・鶏もも・玉葱・ねぎ・醤油・みりん・酒・ごま油 豆腐・人参・玉葱・ねぎ・さつま芋・味噌	おやつ・牛乳 ぶどうゼリー・牛乳
10 月	 スポーツの日		
11 火	ごはん 鶏の梅醤油焼き さつま芋と昆布の煮物 わかめの味噌汁 くだもの	米 鶏もも・梅干し・醤油・みりん・砂糖 さつま芋・刻み昆布・砂糖・醤油 わかめ・玉葱・キャベツ・ねぎ・味噌	とろべー・牛乳 バナナココアケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・牛乳・バター・砂糖 バナナ・ココア
12 水	ごはん さばの味噌マヨ焼き もみのり和え ねぎゴマスープ くだもの	米 さば・味噌・みりん・生姜・砂糖・マヨネーズ キャベツ・チングン菜・人参・もみのり・醤油 キャベツ・春雨・豚挽肉・ねぎ・生姜・ごま・鶏がら・醤油・酒 さつま芋・チーズ・黒ごま	どうぶつビスケット・牛乳 さつま芋ピザ・牛乳 ホットケーキ粉・小麦粉・食塩・オリーブ油・水 さつま芋・チーズ・黒ごま
13 木	塩ラーメン 南瓜のチーズ焼き きのこバターソテー くだもの	ちゃんぽん麺・豚ばら・キャベツ・人参・もやし・ねぎ・醤油 鶏がら・ごま油・食塩 南瓜・チーズ・パセリ粉 しめじ・舞茸・エリンギ・ベーコン・人参・コーン・バター・醤油・コンソメ・ににく	干しうどん・牛乳 きつねむすび・牛乳 米・油揚げ・醤油・みりん・砂糖 ねぎ・もみのり・ごま
14 金	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 チングン菜の納豆和え 豆腐の味噌汁 くだもの	米 鶏レバー・ごま油・生姜・醤油・砂糖・酒 納豆・チングン菜・キャベツ・人参・醤油・ごま油・砂糖・ごま・かつお節 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	マンナウエハース・牛乳 梨のチーズホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・梨・砂糖・バター 牛乳・クリームチーズ
15 土	肉味噌にらチャーハン 人参中華スープ くだもの	米・合挽肉・ににく・生姜・玉葱・にら・オイスター・味噌 醤油・ごま油・食塩 人参・豆腐・えのき・わかめ・鶏がら・醤油・ごま油	おやつ・牛乳 お芋パン・牛乳

☆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。

☆プリン、マヨネーズ、パン類、麺類、加工肉は全て卵不使用のものを使用しています。

☆今月は旬の食材として鮭・さば・さつま芋・里芋・南瓜・チングン菜・きのこ・りんご・柿などを取り入れています。

☆朝おやつに週に2回カミカミおやつとして、とろべーと干しうどんを取り入れています。

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
17 月	誕生会 ゆうやけごはん 鶏ときのこのチーズ焼き 南瓜のきんぴら チングン菜の味噌汁 くだもの	米・人参・しらす・食塩・醤油・酒 鶏もも・醤油・酒・えのき・舞茸・バター・食塩・チーズ 南瓜・人参・ごま油・砂糖・醤油・ごま チングン菜・えのき・人参・豆腐・玉葱・ねぎ・味噌	アンパンマンビスケット・牛乳 さつま芋クッキー・牛乳 小麦粉・バター・砂糖・牛乳・さつま芋・黒ごま
18 火	ごはん 豚肉と昆布の煮物 里芋の和風サラダ なめこ汁 くだもの	米 豚ばら・ごま油・刻み昆布・酒・醤油・生姜・砂糖 里芋・人参・胡瓜・コーン・マヨネーズ・醤油・かつお節・ごま なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・ねぎ・味噌	とろべー・牛乳 抹茶サブレ・牛乳 小麦粉・バター・砂糖・抹茶
19 水	ごはん 鮭の香味焼き 酢味噌和え 中華スープ くだもの	米 鮭・ににく・酒・みりん・醤油・オイスター・ごま油 キャベツ・人参・胡瓜・ちくわ・味噌・酢・砂糖 豆腐・人参・玉葱・もやし・ねぎ・鶏がら・醤油	マンナビスケット・牛乳 どら焼き・牛乳 ホットケーキ粉・白玉粉・砂糖・水・こしあん
20 木	クロワッサン 煮込みハンバーグ カレーマカロニサラダ さつま芋ミルクスープ くだもの	クロワッサン 合挽肉・玉葱・パン粉・食塩・ウスター・ケチャップ・砂糖 マカロニ・ツナ・人参・キャベツ・マヨネーズ・醤油・カレー粉 さつま芋・ベーコン・人参・玉葱・コーン・コンソメ・醤油・食塩・牛乳・バター	干しうどん・牛乳 きのこおにぎり・牛乳 米・鶏挽肉・しめじ・えのき・椎茸 人参・醤油・酒
21 金			
22 土	きのこと豚肉のあんかけうどん じゃが芋の塩昆布マヨ くだもの	うどん・豚ばら・ごま油・椎茸・エリンギ・えのき・人参・玉葱 ねぎ・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 じゃが芋・塩昆布・マヨネーズ・ごま	おやつ・牛乳 プリン・牛乳
24 月	ごはん 鶏のオイマヨ焼き 切干大根のパリパリ炒め さつま芋の味噌汁 くだもの	米 鶏もも・オイスター・マヨネーズ・ごま・玉葱 切干大根・ベーコン・にら・酒・醤油・ごま油 さつま芋・玉葱・キャベツ・人参・味噌	どうぶつビスケット・牛乳 りんごの紅茶ケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・紅茶葉・砂糖・バター・牛乳・りんご
25 火	秋野菜カレー 金時豆煮 春雨サラダ くだもの	米・豚ばら・さつま芋・玉葱・人参・しめじ・カレールウ・りんご・バター 金時豆・醤油・砂糖 春雨・胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま	とろべー・牛乳 五平もち・牛乳 米・もち米・味噌・砂糖・みりん・酒
26 水	ごはん カレイの西京焼き 人参とさつま芋のきんぴら 鶏塩マーボー豆腐 くだもの	米 カレイ・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 人参・さつま芋・ごま油・砂糖・醤油・ごま 鶏挽肉・豆腐・玉葱・人参・ねぎ・ごま油・生姜・ににく・鶏がら・醤油・食塩・酒・片栗粉	マンナウエハース・牛乳 焼きそば・牛乳 中華麺・豚ばら・キャベツ・人参・もやし・ごま油・ウスター・醤油・オイスター・みりん・砂糖
27 木	ごはん チキン南蛮 三色和え えのきの味噌汁 くだもの	米 鶏もも・酒・ににく・生姜・片栗粉・油・玉葱・酢・砂糖・醤油・みりん・マヨネーズ 胡瓜・もやし・人参・砂糖・醤油・ごま えのき・玉葱・ねぎ・豆腐・キャベツ・味噌	干しうどん・牛乳 和風ポテト・牛乳 じゃが芋・青のり・ゆかり・ごま・食塩
28 金	ごはん 豚肉の鉄火煮 ごまネーズサラダ 里芋の味噌汁 くだもの	米 豚ばら・ごぼう・にら・油・味噌・砂糖・醤油 キャベツ・胡瓜・人参・トマト・マヨネーズ・醤油・酢・ごま 里芋・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	アンパンマンビスケット・牛乳 きのこグラタン・牛乳 しめじ・えのき・ベーコン・玉葱・油・マカロニ・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ・チーズ・パン粉
29 土	チキンライス じゃが芋のスープ くだもの	米・鶏もも・玉葱・人参・コーン・ピーマン・油・ケチャップ・ウスター・食塩 じゃが芋・人参・玉葱・キャベツ・コンソメ・食塩・パセリ粉	おやつ・牛乳 りんごジャムパン・牛乳
31 月	ごはん 鶏のりチーズ焼き じゃが芋のおかか煮 油揚げの味噌汁 くだもの	米 鶏もも・砂糖・醤油・酒・チーズ・もみのり じゃが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 油揚げ・玉葱・わかめ・えのき・ねぎ・味噌	マンナビスケット・牛乳 ハロウィンクッキー・牛乳 小麦粉・砂糖・バター・ココア