

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
2月	ごはん 鶏の照り焼き ひじきの煮物 南瓜の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・みりん ひじき・人参・竹輪・ごま・醤油・砂糖・ごま油・かつお節 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳 塩焼きそば・牛乳 中華麺・豚ばら肉・キャベツ・人参・もやし ごま油・中華だし・塩・にんにく
3火	ごはん 豚の生姜焼き じゃが芋の中華和え もやしの味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・玉葱・生姜・醤油・みりん・酒・片栗粉 じゃが芋・胡瓜・ハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 もやし・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 ふかし芋・牛乳 さつま芋
4水	黒糖パン 鮭のサクサク焼き 南瓜サラダ コンソメスープ くだもの	黒糖パン 鮭・塩・パン粉・パセリ粉・ウスター・ケチャップ 南瓜・胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ・塩 玉葱・人参・キャベツ・ほうれん草・えのき・コンソメ・塩	黒ごまビスケット・牛乳 焼きおにぎり・牛乳 米・醤油・みりん・砂糖・ごま油・ごま
5木	ごはん 牛肉とごぼうの味噌炒め 人参きんぴら じゃが芋とのりの中華スープ くだもの	米 牛ばら肉・ごぼう・白滝・油・生姜・味噌・酒・みりん・砂糖 人参・えのき・砂糖・醤油・ごま・ごま油 じゃが芋・人参・白菜・春雨・葱・もみのり・中華だし・醤油	野菜ハイハイン・牛乳 抹茶クッキー・牛乳 小麦粉・砂糖・オリーブ油・抹茶
6金	ごはん 鶏塩回鍋肉 さつま芋の甘煮 なめこ汁 くだもの	米 鶏もも肉・キャベツ・玉葱・葱・にんにく・塩・中華だし・酒 さつま芋・砂糖・醤油 なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・葱・味噌	とろべー・牛乳 あんまん・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・油・こしあん
7土	五目チャーハン 中華スープ くだもの	米・豚ばら肉・人参・キャベツ・葱・コーン缶・醤油・中華だし・塩・にんにく 白菜・人参・玉葱・もやし・葱・中華だし・醤油	おやつ・牛乳 いちごロール・牛乳
9月	スポーツの日		
10火	ごはん 牛肉となすのスタミナ炒め 切干大根の煮物 キャベツの味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・人参・玉葱・なす・にんにく・醤油・酒・ごま油・オイスター 切干大根・人参・醤油・砂糖・かつお節 キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 おさつドーナツ・牛乳 さつま芋・砂糖・ホットケーキ粉・油
11水	ちゃんぽんうどん じゃが芋のおかか煮 ブロッコリーのソテー くだもの	うどん・豚ばら肉・玉葱・キャベツ・もやし・にら・醤油・中華だし じゃが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 ブロッコリー・ベーコン・人参・コーン缶・醤油・コンソメ	干しぶどう・牛乳 たぬきむすび・牛乳 米・天かす・醤油・みりん・砂糖・葱 もみのり・ごま
12木	ごはん 鯖の味噌煮 チンゲン菜のナムル わかめの味噌汁 くだもの	米 鯖・生姜・砂糖・味噌・みりん チンゲン菜・人参・胡瓜・醤油・中華だし・にんにく・ごま油 わかめ・玉葱・白菜・えのき・葱・味噌	ハイハイン・牛乳 キャベツの花しゅうまい・牛乳 豚挽肉・玉葱・キャベツ・生姜・砂糖・酒 醤油・塩・片栗粉・ごま油・しゅうまい皮
13金	ごはん 鶏の梅しそ焼き ツナサラダ しめじの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・梅干し・大葉・醤油 キャベツ・人参・コーン缶・ブロッコリー・ツナ・マヨネーズ・醤油 しめじ・玉葱・葱・人参・白菜・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 ガーリックポテト・牛乳 じゃが芋・油・ガーリックパウダー 青のり・塩
14土	なかよし運動会		
16月	ぶどうパン ポークチャップ 人参ごまサラダ えのきスープ くだもの	ぶどうパン 豚ロース肉・小麦粉・ケチャップ・ウスター・砂糖・みりん 人参・胡瓜・ブロッコリー・ツナ・ごま・酢・醤油・砂糖 えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩	野菜ハイハイン・牛乳 五平もち・牛乳 米・もち米・味噌・砂糖・みりん・酒

☆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、バター、チーズは全て卵乳不使用のものを使用しています。
☆今月は旬の食材としてさつま芋、里芋、チンゲン菜、きのこ、りんご、柿などを取り入れています。
☆調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
17火	秋野菜カレー キャベツサラダ 焼き南瓜 くだもの	米・牛挽肉・さつま芋・玉葱・人参・ズッキーニ・しめじ・カレールーウ・油 キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶・醤油・酢・砂糖 南瓜・塩・パセリ粉・ガーリックパウダー	干しぶどう・牛乳 フルーツポンチ・牛乳 りんご・バナナ・桃缶・砂糖
18水	誕生会 さつま芋ごはん 鶏のねぎ塩焼き チンゲン菜のナムル きのこ汁 くだもの	米・さつま芋・塩・黒ごま 鶏もも肉・塩・醤油・みりん・酒・葱 チンゲン菜・もやし・人参・コーン缶・ごま油・ごま・醤油・砂糖 しめじ・エリンギ・えのき・葱・白菜・玉葱・味噌	ハイハイン・牛乳 柿マフィン・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・油・柿
19木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き きんぴらごぼう 春雨スープ くだもの	米 鮭・キャベツ・人参・しめじ・油・味噌・みりん・砂糖 ごぼう・人参・ごま油・醤油・砂糖 春雨・人参・玉葱・わかめ・コーン缶・中華だし・塩・ごま	ルヴァン・牛乳 鬼まんじゅう・牛乳 さつま芋・小麦粉・片栗粉・砂糖・塩
20金	お弁当の日		
21土	チキンライス コンソメスープ くだもの	米・鶏もも肉・玉葱・人参・コーン缶・ピーマン・ケチャップ・ウスター・塩 玉葱・人参・キャベツ・ほうれん草・えのき・コンソメ・塩	おやつ・牛乳 オレンジゼリー・牛乳
23月	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 小松菜とベーコンのマヨ和え えのきの味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・昆布・酒・生姜・醤油・砂糖・ごま油 小松菜・人参・もやし・ベーコン・醤油・マヨネーズ・ごま えのき・玉葱・葱・わかめ・キャベツ・味噌	野菜ハイハイン・牛乳 南瓜もち・牛乳 南瓜・白玉粉・油・醤油・砂糖・みりん もみのり
24火	ごはん カレイのねぎマヨ焼き ひじきとじゃが芋の炒り煮 ほうれん草の味噌汁 くだもの	米 カレイ・マヨネーズ・醤油・みりん・葱 ひじき・じゃが芋・人参・油・醤油・みりん・砂糖 ほうれん草・えのき・人参・玉葱・葱・味噌	とろべー・牛乳 アップルスイートポテト・牛乳 さつま芋・りんご・砂糖・油
25水	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 里芋の和風サラダ 白菜の味噌汁 くだもの	米 鶏レバー・ごま油・生姜・醤油・砂糖・酒 里芋・人参・胡瓜・コーン缶・マヨネーズ・醤油・かつお節・ごま 白菜・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳 お好み焼き・牛乳 小麦粉・キャベツ・なす・葱・豚ばら肉・油・砂糖 みりん・ケチャップ・醤油・ソース・青のり
26木	味噌ラーメン 金時豆煮 マカロニサラダ くだもの	中華麺・豚ばら肉・人参・玉葱・キャベツ・葱・中華だし・味噌 金時豆・醤油・砂糖 マカロニ・ハム・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油	黒ごまビスケット・牛乳 塩昆布おにぎり・牛乳 米・塩昆布・ごま
27金	ごはん 鶏の唐揚げ もやしのごま和え 麩の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・生姜・にんにく・醤油・みりん・塩・片栗粉・油 もやし・人参・胡瓜・醤油・砂糖・ごま 麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 じゃが丸くん・牛乳 じゃが芋・塩・片栗粉・油・もみのり
28土	豚ねぎ塩昆布丼 具だくさん汁 くだもの	米・豚ばら肉・葱・玉葱・塩昆布・油・醤油 もやし・人参・玉葱・葱・じゃが芋・味噌	おやつ・牛乳 あんぱん・牛乳
30月	ごはん 鶏と里芋の甘辛煮 のりじゃこ和え 豚汁 くだもの	米 鶏もも肉・里芋・生姜・醤油・酒・砂糖・みりん ほうれん草・キャベツ・人参・しらす・もみのり・醤油・ごま 豚ばら肉・大根・人参・ごぼう・白滝・葱・味噌	干しぶどう・牛乳 おはぎ・牛乳 米・もち米・小豆・砂糖
31火	ごはん 煮込みハンバーグきのこソース チンゲン菜のチコレギサラダ 里芋の味噌汁 くだもの	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・ソース・ケチャップ・砂糖・えのき・しめじ チンゲン菜・竹輪・人参・もみのり・醤油・ごま油・ごま 里芋・玉葱・白菜・わかめ・葱・味噌	野菜ハイハイン・牛乳 ハロウィン南瓜パイ・牛乳 南瓜・干しぶどう・砂糖・片栗粉・オリーブ油 ガーリックパウダー・ぎょうざ皮