



10月献立表



社会福祉法人みつき福祉会
みつき古志原保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (木)	ごはん 揚げ出し豆腐の和風あんかけ ゆかり和え 味噌汁 梨	米 豆腐・片栗粉・揚げ油・鶏挽肉・玉葱・人参・えのき・醤油・砂糖・片栗粉 キャベツ・切干大根・きゅうり・ゆかり 人参・さつま芋・玉葱・葱・味噌 梨	じゃが芋チップ お好み焼き (小麦粉・キャベツ・葱・豚挽肉・中濃ソース・かつお節)
2 (金)	ごはん 肉じゃが 酢の物 味噌汁 りんご	米 豚肉・油・玉葱・人参・じゃが芋・糸こんにゃく・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 きゅうり・白菜・しらす干し・カットわかめ・酢・砂糖・薄口 えのき・油揚げ・玉葱・味噌 りんご	スティックビスケット ツナマヨトースト (食パン・ツナ・コーン・マヨネーズ ピザチーズ)
3 (土)	チキンライス スープ バナナ	米・鶏肉・油・玉葱・ミックスベジタブル・鶏がらスープの素・塩・ケチャップ ウインナー・じゃが芋・キャベツ・人参・春雨・鶏がらスープの素 バナナ	じゃが芋チップ おやつ
5 (月)	麻婆丼 三色ナムル スープ りんご	米・豚挽肉・ごま油・玉葱・人参・椎茸・豆腐・白葱・味噌・醤油・酒・砂糖・鶏がらスープの素・片栗粉 もやし・きゅうり・人参・ツナ・酢・砂糖・薄口・ごま油 コーン・白菜・玉葱・カットわかめ・鶏がらスープの素 りんご	リッツ ココアドーナツ (ホットケーキミックス・絹ごし豆腐・砂糖 ココア・揚げ油)
6 (火)	ごはん 豚だいこん おかか和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・大根・人参・玉葱・糸こんにゃく・砂糖・酒・醤油 キャベツ・切干大根・コーン・かつお節・醤油 さつま芋・厚揚げ・大根・しめじ・味噌 オレンジ	スティックビスケット じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・マヨネーズ・もみのり)
7 (水)	ごはん 魚の南蛮漬け 塩こんぶ和え のっぺい汁 バナナ	米 カレイ・米粉・揚げ油・玉葱・白葱・酢・砂糖・醤油・みりん 白菜・もやし・人参・塩こんぶ 鶏肉・大根・人参・里芋・ごぼう・葱・塩・薄口 バナナ	リッツ さつま芋のホットケーキ (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・さつま芋・油)
8 (木)	 お弁当の日 ※ 必ず火が通ったものを入れていただきますよう、宜しくお願い致します。 		じゃが芋チップ ゼリー
9 (金)	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き きんぴられんこん 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・酒・塩・葱 豚挽肉・れんこん・人参・醤油・砂糖・みりん・ごま・ごま油 玉葱・さつま芋・しめじ・葱・味噌 オレンジ	ビスケット 焼きおにぎり (米・しらす・味噌・みりん・すりごま)
10 (土)	炊き込みごはん 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・しめじ・油揚げ・人参・醤油・酒・みりん・塩・昆布 大根・人参・豆腐・味噌 バナナ	スティックビスケット おやつ
12 (月)	 スポーツの日 		
13 (火)	ごはん 甘酢チキン 和え物 味噌汁 りんご	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・砂糖・みりん・酢・醤油 きゅうり・もやし・切干大根・醤油・すりごま なめこ・玉葱・大根・人参・葱・味噌 りんご	じゃが芋チップ きな粉団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・きな粉・砂糖・塩)
14 (水)	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き サラダ スープ オレンジ	米 鶏肉・醤油・砂糖・塩・マーマレードジャム・片栗粉 キャベツ・きゅうり・コーン・マヨネーズ 豚挽肉・玉葱・人参・じゃが芋・鶏がらスープの素・塩 オレンジ	スティックビスケット ボーロ (小麦粉・無塩バター・砂糖・油)
15 (木)	ごはん さばの味噌煮 納豆和え すまし汁 バナナ	米 鯖・生姜・味噌・酒・みりん・砂糖・醤油 ほうれん草・人参・切干大根・納豆・醤油・かつお節 玉葱・豆腐・白菜・人参・塩・薄口 バナナ	じゃが芋チップ リッツサンド (リッツ・いちごジャム)
16 (金)	誕生会 きのこごはん 鶏肉の塩からあげ 和え物 味噌汁 梨	米・鶏肉・しめじ・えのき・人参・醤油・酒・みりん・昆布 鶏肉・塩麴・醤油・砂糖・生姜・にんにく・片栗粉・揚げ油 れんこん・きゅうり・人参・醤油・すりごま えのき・さつま芋・大根・葱・味噌 梨	ビスケット もちもちココアパン (白玉粉・豆乳・油・砂糖・ココア)

	献立名	材料名	おやつ
17 (土)	ビビンバ 中華スープ バナナ	米・豚挽肉・もやし・ほうれん草・人参・にんにく・砂糖・醤油・味噌・鶏がらスープの素・ごま油 春雨・しめじ・木綿豆腐・コーン・にら・鶏がらスープの素 バナナ	じゃが芋チップ おやつ
19 (月)	ごはん 春巻き きゅうり漬け スープ オレンジ	米 豚挽肉・たけのこ・にら・椎茸・春雨・生姜・醤油・酒・砂糖・塩・鶏がらスープの素・米粉の春巻きの皮・揚げ油 きゅうり・醤油・塩こんぶ 豆腐・人参・カットわかめ・玉葱・鶏がらスープの素 オレンジ	リッツ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
20 (火)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 和え物 すまし汁 バナナ	米 鮭・玉葱・キャベツ・えのき・味噌・酒・みりん・醤油・油 ほうれん草・人参・もやし・醤油・もみのり 鶏肉・人参・大根・豆腐・薄口・塩 バナナ	ビスケット りんご蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油・りんご)
21 (水)	きつねうどん さつま芋の天ぷら 和え物 オレンジ	ゆでうどん・鶏肉・油・油揚げ・玉葱・人参・しめじ・葱・醤油・薄口・塩・酒・みりん さつま芋・米粉・揚げ油 きゅうり・ごぼう・ツナ・マヨネーズ・醤油 オレンジ	リッツ そばろおにぎり (米・鶏挽肉・油・醤油・砂糖)
22 (木)	ごはん 鶏肉の西京焼き 和え物 すまし汁 梨	米 鶏肉・味噌・砂糖・みりん・マヨネーズ 白菜・きゅうり・切干大根・ツナ・醤油・砂糖 大根・玉葱・豆腐・カットわかめ・薄口・塩 梨	じゃが芋チップ しみしみラスク (食パン・豆乳・砂糖・ココア)
23 (金)	ごはん れんこんのつくね焼き 酢の物 味噌汁 柿	米 鶏挽肉・れんこん・玉葱・葱・米粉パン粉・醤油・みりん・酒 キャベツ・きゅうり・しらす干し・酢・砂糖・薄口 玉葱・えのき・油揚げ・味噌 柿	スティックビスケット バナナケーキ (ホットケーキミックス・ベーキングパウダー 油・豆乳・バナナ・砂糖)
24 (土)	なすと豚丼 スープ バナナ	米・豚肉・なす・玉葱・人参・黄ピーマン・にんにく・塩・鶏がらスープの素 ケチャップ・ウスターソース・片栗粉 豆腐・しめじ・春雨・にら・鶏がらスープの素 バナナ	リッツ おやつ
26 (月)	ごはん 厚揚げのそばろ煮 和え物 豚汁 りんご	米 厚揚げ・豚挽肉・油・玉葱・人参・しめじ・白葱・砂糖・酒・醤油・片栗粉 白菜・ちくわ・人参・かつお節・醤油 豚肉・大根・人参・ごぼう・さつま芋・味噌 りんご	じゃが芋チップ ひよこ蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・油・豆乳・コーン・黒ごま)
27 (火)	ごはん 鮭のカレームニエル サラダ スープ バナナ	米 鮭・塩・米粉・カレー粉・油 れんこん・人参・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・醤油 豚挽肉・椎茸・じゃが芋・玉葱・人参・鶏がらスープの素 バナナ	スティックビスケット しらすおにぎり (米・しらす干し・炊き込みわかめ・ごま油・醤油)
28 (水)	ごはん レバーと鶏肉の甘辛煮 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・揚げ油・砂糖・みりん・醤油 小松菜・切干大根・人参・コーン・酢・砂糖・薄口 かぼちゃ・玉葱・えのき・葱・味噌 オレンジ	じゃが芋チップ じゃこマヨクラッカー (クラッカー・しらす干し・コーン・ごま・マヨネーズ・ピザース)
29 (木)	ごはん 八宝菜 バンサンスー スープ 梨	米 豚肉・ごま油・白菜・人参・玉葱・椎茸・にんにく・生姜・鶏がらスープの素・酒・薄口・片栗粉 春雨・きゅうり・人参・ごま油・酢・砂糖・薄口・すりごま しめじ・玉葱・人参・カットわかめ・鶏がらスープの素 梨	ビスケット 大学芋 (さつま芋・黒ごま・砂糖・醤油・揚げ油)
30 (金)	おばけカレー コールスローサラダ 青のりポテト バナナ	米・豚挽肉・玉葱・人参・しめじ・カレールウ・ケチャップ キャベツ・人参・コーン・マヨネーズ・酢・砂糖・塩 じゃが芋・油・塩・青のり バナナ	リッツ パンプキンパイ (パイシート・かぼちゃ・グラニュー糖)
31 (土)	チャーハン スープ オレンジ	米・豚肉・人参・椎茸・葱・ごま油・醤油・塩・鶏がらスープの素 もやし・玉葱・しめじ・にら・鶏がらスープの素 オレンジ	スティックビスケット おやつ

- ★ マヨネーズ、パイシート、ちくわ・食パンについては、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ビスケット類、ホットケーキミックス・ウインナーについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ カレールウ、ハヤシルウについては、卵・乳・小麦不使用のものを使っています。
- ★ 未満児は午前おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつに牛乳を飲みます。

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