

 10月献立表

みのり保育園

		材料名	朝おやつ ・ 午後おやつ
1 木	ごはん 鮭のねぎマヨ焼き 小松菜のナムル 厚揚げの味噌汁 くだもの	米 鮭・マヨネーズ・醤油・みりん・ねぎ 小松菜・もやし・人参・醤油・砂糖・酢・ごま油・ごま 厚揚げ・玉葱・えのき・わかめ・味噌	ルヴァン 梨と紅茶のケーキ ホットケーキ粉・梨・砂糖・豆乳 油・紅茶
2 金	ごはん 牛肉と豆腐の中華炒め 春雨サラダ 中華スープ くだもの	米 牛肉・豆腐・キャベツ・ねぎ・酒・生姜・にんにく・醤油・鶏がら・みりん・砂糖・塩 胡瓜・春雨・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油 わかめ・人参・玉葱・もやし・鶏がら・醤油	とろペー 大学芋 さつま芋・油・砂糖・醤油・黒ごま 
3 土	ひじきごはん キャベツの味噌汁 くだもの	米・牛ひき肉・人参・ひじき・白滝・砂糖・みりん・塩・醤油・ごま油 キャベツ・油揚げ・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	おやつ 抹茶あんぱん
5 月	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 キャベツのしらす和え 大根の味噌汁 くだもの	米 豚肉・刻み昆布・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 キャベツ・胡瓜・しらす・醤油 大根・玉葱・えのき・わかめ・味噌	黒ごまビスケット 紅茶ボーロ 小麦粉・砂糖・油・紅茶・豆乳・バター
6 火	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ポテトサラダ コンソメスープ くだもの	米 鶏肉・塩・砂糖・醤油・マーメレードジャム じゃが芋・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩 玉葱・人参・キャベツ・えのき・コンソメ・醤油	クラッカー ナポリタン スパゲティ・ウインナー・人参・玉葱・ピーマン 豆乳・バター・ケチャップ・トマトピューレ・コンソメ・塩
7 水	ごはん 鯖の梅煮 納豆和え 豆腐の味噌汁 くだもの	米 鯖・梅干し・生姜・みりん・醤油・酢・酒 小松菜・キャベツ・人参・納豆・醤油・かつお節 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・味噌	ルヴァン きな粉蒸しパン ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・きな粉
8 木	ごはん ハンバーグきのこソース ツナサラダ かぶのスープ くだもの	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・中濃ソース・ケチャップ・砂糖・しめじ・舞茸・えのき ツナ・人参・胡瓜・キャベツ・醤油・酢・砂糖 玉葱・人参・白菜・かぶ・コンソメ・塩	とろペー マシュマロサンド ルヴァン・マシュマロ
9 金	ごはん 塩からあげ ごぼうとコーンのサラダ 南瓜の味噌汁 くだもの	米 鶏肉・酒・塩・鶏がら・にんにく・生姜・片栗粉・油 ごぼう・人参・きゅうり・コーン・マヨネーズ・醤油・ごま 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・味噌	黒ごまビスケット フルーツポンチ りんご・バナナ・桃缶・みかん缶・砂糖
10 土	牛しぐれごはん 具だくさん汁 くだもの	米・牛肉・生姜・油・醤油・砂糖・のり 白菜・油揚げ・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	おやつ りんごジャムパン
12 月	 スポーツの日 		
13 火	ごはん 鶏のねぎ焼き ひじきの煮物 じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 鶏肉・ねぎ・醤油・酒・みりん ひじき・人参・油揚げ・ごま・ごま油・醤油・砂糖・酒・みりん・かつお節 じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・味噌	クラッカー ココアちんすこう 小麦粉・ココア・砂糖・塩・油
14 水	わかめラーメン さつま芋の甘煮 もやしの和え物 くだもの	中華麺・豚肉・人参・キャベツ・椎茸・わかめ・コーン 鶏がら・醤油・ごま油 さつま芋・砂糖・醤油 もやし・切干大根・きゅうり・ごま・酢・しょうゆ・砂糖・ごま油	ルヴァン 五平もち 米・味噌・みりん・酒・砂糖
15 木	ごはん 鶏レバーの味噌煮 白菜のツナ和え じゃが芋の中華スープ くだもの	米 鶏レバー・生姜・味噌・砂糖・みりん・酒 白菜・ツナ・もやし・胡瓜・醤油 じゃが芋・人参・春雨・玉葱・のり・鶏がら・醤油・ごま油	黒ごまビスケット チヂミ 小麦粉・片栗粉・豚肉・にら・コーン 塩・ごま油・醤油・酢・砂糖

☆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。土曜日はお茶を提供しています。

☆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。

☆加工肉・マヨネーズ・パン・朝おやつ・竹輪・ハヤシルウは卵・乳不使用の物を使用しています。

	献立名	材料名	朝おやつ ・ 午後おやつ
16 金	ごはん 豚の生姜焼き チョレギ風サラダ なめこ汁 くだもの	米 豚肉・玉葱・人参・もやし・生姜・醤油・みりん・酒 キャベツ・きゅうり・竹輪・のり・醤油・ごま油 なめこ・玉葱・大根・人参・味噌	とろペー マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩
17 土	 な か よ し 運 動 会 		
19 月	ごはん 鶏塩回鍋肉 マカロニサラダ さつま芋の味噌汁 くだもの	米 鶏肉・キャベツ・玉葱・ねぎ・にんにく・酒・片栗粉・塩・ごま油 マカロニ・コーン・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 さつま芋・玉葱・人参・キャベツ・味噌	クラッカー バナナケーキ ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・油・バナナ
20 火	 お 弁 当 の 日 		ルヴァン ジャムサンド 食パン・いちごジャム
21 水	ごはん 麻婆春雨 大根サラダ 野菜スープ くだもの	米 春雨・豚挽肉・人参・玉葱・椎茸・ねぎ・生姜・にんにく・醤油・味噌・砂糖・ごま油・片栗粉 大根・ブロッコリー・ツナ・かつお節・酢・醤油・ごま油 人参・もやし・キャベツ・えのき・鶏がら・醤油	とろペー じゃが丸くん じゃが芋・塩・片栗粉・マヨネーズ・のり
22 木	ごはん カレイのごま焼き 白菜のしゃきしゃき和え 豚汁 くだもの	米 かれい・黒ごま・ごま・醤油・みりん 白菜・人参・切干大根・ごま・醤油 豚肉・大根・豆腐・人参・さつま芋・味噌	黒ごまビスケット そぼろおにぎり 米・鶏ひき肉・のり・酒・砂糖・醤油・みりん
23 金	ごはん 鶏のマヨポン焼き 切干大根煮 もやしの味噌汁 くだもの	米 鶏肉・マヨネーズ・酒・醤油・みりん・ポン酢 切干大根・人参・油揚げ・かつお節・醤油・酒・みりん・砂糖 もやし・人参・玉葱・わかめ・味噌	クラッカー 小倉団子 白玉粉・豆腐・ゆで小豆缶
24 土	焼きめし さつま芋の味噌汁 くだもの	米・焼き豚・生姜・玉葱・人参・椎茸・にら・砂糖・醤油・鶏がら・塩・ごま油 さつま芋・玉葱・人参・キャベツ・味噌	おやつ 芋パン
26 月	ごはん 肉豆腐 南瓜の煮物 すまし汁 くだもの	米 豚肉・豆腐・白菜・えのき・人参・玉葱・生姜・砂糖・醤油・酒・みりん・油 南瓜・醤油・砂糖 麩・玉葱・キャベツ・人参・醤油・塩	ルヴァン ツナマヨクラッカー クラッカー・ツナ・コーン・マヨネーズ・醤油
27 火	秋いっぱいごはん さわらの西京焼き 小松菜のおひたし のっぺい汁 くだもの	米・鶏肉・しめじ・舞茸・人参・塩・醤油・酒・油 さわら・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 小松菜・人参・しらす・ごま・ごま油・醤油 里芋・大根・人参・ごぼう・油揚げ・醤油・塩	黒ごまビスケット メロンパン風トースト 食パン・ホットケーキ粉・豆乳・バター 砂糖
28 水	黒糖パン 鶏ののりチーズ焼き ごまネーズサラダ えのきスープ くだもの	黒糖パン 鶏肉・豆乳チーズ・のり・醤油 キャベツ・胡瓜・ちくわ・ごま・マヨネーズ・醤油 えのき・キャベツ・人参・玉葱・塩・鶏がら	クラッカー 梅おにぎり 米・梅干し・ごま
29 木	ごはん 大根と豚肉の煮物 三色和え しめじの味噌汁 くだもの	米 大根・豚肉・酒・醤油・みりん もやし・人参・胡瓜・ごま・醤油・酢・砂糖 しめじ・玉葱・豆腐・キャベツ・味噌	ルヴァン さつま芋ホットケーキ ホットケーキ粉・豆乳・砂糖・さつま芋
30 金	きのこハヤシライス 金時豆煮 元気サラダ くだもの	米・牛肉・玉葱・人参・えのき・しめじ・舞茸 油・ハヤシルウ 金時豆・醤油・砂糖 キャベツ・胡瓜・コーン・かつお節・砂糖・醤油・酢	とろペー 南瓜クッキー 小麦粉・豆乳生クリーム・豆乳・バター 砂糖・ベーキングパウダー・南瓜
31 土	豚ねぎ塩昆布丼 具だくさん汁 くだもの	米・豚肉・ねぎ・玉葱・塩昆布・豆乳・バター・醤油 豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・ねぎ・味噌	おやつ りんごブチパン