



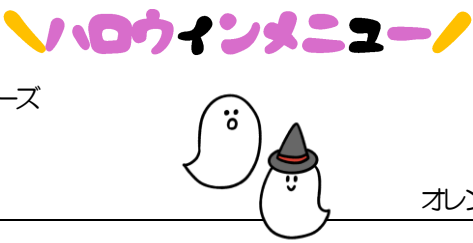
10月 献立表



《食品ロス削減月間》

社会福祉法人 みつき福祉会
みつき田和山保育園

	献立名	材料名	おやつ（朝：乳児部のみ）
1 （木）	ごはん ●醤油の日 鯖のにんにく醤油焼き ■栄養さんぴら 味噌汁 りんご	米 さば・にんにく・酒・砂糖・醤油 鶏胸肉・ごぼう・人参・ピーマン・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま・出汁 わかめ・油揚げ・もやし・葱・味噌 りんご	たまごボーロ ■もちもち抹茶パン （白玉粉・絹ごし豆腐・抹茶・油・牛乳・砂糖）
2 （金）	ごはん ●豆腐の日 麻婆豆腐 ハンサンスー たまごスープ オレンジ	米 木綿豆腐・豚肩肉・玉葱・干し椎茸・葱・にんにく・生姜・味噌・醤油・酒・砂糖・甜面醬・コンソメ・ごま油・片栗粉 春雨・きゅうり・ハム・すりごま・ごま油・酢・砂糖・薄口 卵・玉葱・なす・にら・鶏から オレンジ	クラッカー ココアボーロ （小麦粉・バター・油・砂糖・ココア）
3 （土）	さつま芋ごはん 豚汁 バナナ	米・さつま芋・黒ごま・酒・塩・昆布出汁 豚肉・大根・人参・ごぼう・里芋・葱・味噌 バナナ	リッツ おやつパン
5 （月）	きのこピラフ オムレツ ポパイソテー コンソメスープ オレンジ	米・ツナ・しめじ・マッシュルーム・人参・パセリ・バター・コンソメ・塩 卵・マヨネーズ・牛乳・塩・玉葱・ピーマン・油・ピザチーズ・ケチャップ ほうれん草・切干大根・ベーコン・コーン・バター・塩・こしょう キャベツ・人参・玉葱・コンソメ オレンジ	ポン菓子 アップルパイ （パイシート・りんご・グラニュー糖）
6 （火）	ごはん ■レバーの甘辛煮 梅おかか和え 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 大根・人参・梅干し・醤油・砂糖・かつお節 南瓜・玉葱・しらたき・みつば・味噌 バナナ	せんべい ■マシュマロおこし （マシュマロ・無塩バター・コーンフレーク）
7 （水）	ごはん 厚揚げのとろとろ炒め 元気サラダ 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・厚揚げ・白菜・なめこ・酒・鶏から・薄口・砂糖・ごま油・片栗粉 ハム・キャベツ・きゅうり・人参・トマト・かつお節・塩昆布・薄口・酢・砂糖・油 麴・玉葱・ごぼう・葱・味噌 オレンジ	たまごボーロ もちもちドーナツ （ホットケーキミックス・白玉粉・砂糖・油・牛乳・揚げ油）
8 （木）	ごはん カレー肉じゃが ごまマヨ和え 味噌汁 梨	米 豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・カレー粉・バター・出汁 白菜・きゅうり・ひじき・ツナ・マヨネーズ・醤油・ごま たまねぎ・木綿豆腐・わかめ・白葱・味噌 梨	リッツ マカロニきな粉 （マカロニ・きな粉・砂糖・塩）
9 （金）	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き コーンและ すまし汁 オレンジ	米 さけ・キャベツ・えのき・玉葱・みりん・砂糖・酒・味噌 コーン・きゅうり・もやし・醤油・かつお節 大根・はんぺん・椎茸・みつば・塩・薄口 オレンジ	スティックビスケット ほうれん草のマフィン （小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・卵・グラニュー糖・牛乳・ほうれん草・チーズ）
10 （土）	●トマトの日 ■じゃこマヨトースト トマトのスープ バナナ	食パン・しらす・ごま・マヨネーズ・ピザチーズ トマト・じゃが芋・玉葱・人参・コンソメ バナナ	クラッカー おやつパン
12 （月）	スポーツの日（祝日休園） 		
13 （火）	ごはん ●さつま芋の日 豚肉と塩昆布のバター炒め コロコロサラダ 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・しめじ・えのき・キャベツ・葱・塩昆布・バター 人参・きゅうり・コーン・ツナ・醤油・マヨネーズ 南瓜・玉葱・麴・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット スイートポテト （さつま芋・バター・生クリーム・砂糖）
14 （水）	野菜ラーメン 鶏のごま唐揚げ 中華きゅうり バナナ	中華麺・豚肉・コーン・もやし・キャベツ・人参・玉葱・椎茸・葱・ごま油・コンソメ・醤油・鶏から 鶏肉・生姜・酒・醤油・片栗粉・小麦粉・ごま・揚げ油 きゅうり・醤油・酢・砂糖・塩・かつお節・ごま油 バナナ	たまごボーロ ■きつねおこし （米・油揚げ・砂糖・醤油・ごま）
15 （木）	ごはん すき焼き風煮 もみのり和え 味噌汁 オレンジ	米 牛肉・豚肉・玉葱・人参・白菜・椎茸・しらたき・木綿豆腐・白葱・醤油・砂糖・酒 キャベツ・もやし・人参・もみのり・醤油 なめこ・大根・えのき・葱・味噌 オレンジ	リッツ きなこちんすこう （小麦粉・砂糖・きな粉・塩・油）
16 （金）	お弁当の日  ※必ず加熱したものを入れ、お子さんが食べやすい大きさに切ってください。※ピック等の使用はお控えください。		ポン菓子 麴のラスク （麴・バター・グラニュー糖）

	献立名	材料名	おやつ
17 (土)	甘辛まぜごはん 味噌汁 バナナ	米・豚肉・れんこん・ごぼう・人参・コーン・酒・みりん・醤油・油・昆布出汁 厚揚げ・玉葱・わかめ・葱・味噌 バナナ	せんべい おやつパン
19 (月)	食パン グラタン 里芋サラダ コンソメスープ オレンジ	食パン 鶏肉・マカロニ・玉葱・しめじ・ピザチーズ・小麦粉・牛乳・バター・コンソメ・塩・こしょう 里芋・きゅうり・人参・わかめ・ツナ・すりごま・マヨネーズ・醤油 コーン・人参・玉葱・ブロッコリー・コンソメ オレンジ	リッツ 小松菜のおこぎり (米・小松菜・しらす・砂糖・醤油・みりん・かつお節)
20 (火)	ごはん チキンカツ 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・ウスターソース 切干大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・薄口・砂糖・出汁 さつま芋・玉葱・しらたき・みつば・味噌 バナナ	せんべい 焼きりんご (りんご・バター・グラニュー糖)
21 (水)	さつま芋のハヤシライス ブロッコリーのソテー オレンジ	米・豚肉・さつま芋・玉葱・人参・ハヤシルー・油 ブロッコリー・コーン・バター・塩 ＼幼児部運動会／  オレンジ	たまごボーロ いちごフルーチェ (フルーチェの素・牛乳)
22 (木)	ごはん 鯖の梅煮 納豆和え たまごの味噌汁 バナナ	米 さば・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し・生姜 ほうれん草・もやし・人参・納豆・もみのり・醤油 卵・わかめ・油揚げ・白葱・味噌 バナナ	クラッカー ▲お好み焼き風トースト (食パン・絹ごし豆腐・お好みソース・青のり・かつお節・マヨネーズ)
23 (金)	ごはん チアチャン豆腐 きゅうりのゆかり和え すまし汁 りんご	米 豚肉・厚揚げ・たけのこ・人参・にら・おろし生姜・おろしこんにく・味噌・醤油・みりん・ごま油 きゅうり・ゆかり 麩・しめじ・玉葱・葱・塩・薄口 りんご	スティックビスケット バナナケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・卵・バナナ)
24 (土)	ねぎ塩豚丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・白葱・玉葱・人参・もやし・おろしこんにく・おろし生姜・レモン果汁・酒・塩・薄口・鶏がら・片栗粉・ごま油 じゃが芋・人参・玉葱・葱・味噌 バナナ	ポン菓子 おやつパン
26 (月)	ごはん 豚肉の柳川風煮 わかめの酢の物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・卵・ごぼう・玉葱・人参・干し椎茸・みつば・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・油・出汁 わかめ・きゅうり・砂糖・酢・薄口・すりごま 里芋・人参・油揚げ・白葱・味噌 オレンジ	せんべい ■いぬくりぼうや (さつま芋・砂糖・豆乳・小麦粉・そうめん・揚げ油)
27 (火)	★バースデーメニュー フィッシュバーガー ひじきのサラダ オニオンスープ バナナ	※うめ・たんぽぽ組：ロールパン・白身魚のタルタルフライと分けて食べます。 ロールパン・かれい・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・卵・マヨネーズ・玉葱・塩・こしょう・パセリ粉 ひじき・キャベツ・きゅうり・ツナ・醤油 ベーコン・玉葱・セロリ・人参・コンソメ  バナナ	リッツ 秋いっぱいおこぎり (米・鶏肉・しめじ・舞茸・エリンギ・みつば・醤油・みりん・酒・出汁用昆布)
28 (水)	中華丼 ワンタンスープ りんご	米・豚肉・玉葱・人参・チンゲンサイ・椎茸・コンソメ・薄口・塩・こしょう・酒・ごま油・片栗粉 ワンタンの皮・人参・もやし・しめじ・にら・鶏がら りんご	たまごボーロ プリン (卵不使用)
29 (木)	ごはん 鶏肉の塩麴焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩麴・おろしこんにく・おろし生姜・酒・醤油・砂糖・こしょう ひじき・油揚げ・人参・さつま芋・みりん・酒・砂糖・醤油・出汁 かぶ・白菜・人参・木綿豆腐・葱・味噌 バナナ	スティックビスケット プチピザ (クラッカー・ツナ・コーン・ケチャップ・ピザチーズ)
30 (金)	●ロスの日 ごはん おばけちゃんハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ オレンジ	米 豚肉・玉葱・パン粉・卵・ケチャップ・スライスチーズ マカロニ・キャベツ・ツナ・酢・砂糖・薄口・油 じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー・コンソメ  オレンジ	ポン菓子 ハロウィンサンド (食パン・南瓜・バター・砂糖・生クリーム) 
31 (土)	●ハロウィン きのこスパゲティー コンソメスープ バナナ	スパゲティー・ツナ・えのき・しめじ・椎茸・玉葱・もみのり・バター・醤油・酒・塩・コンソメ キャベツ・人参・玉葱・じゃが芋・コンソメ バナナ	クラッカー おやつパン

■かみかみメニュー・▲新メニュー・●～の日・★行事など

※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・ウィンナー・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・パイシート・ビスケット・ホットケーキミックス・給食の丸パン類については、卵不使用のものを使用しています。
※梅干し・カレールウ(バーモント)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)
※味噌汁・すまし汁には、かつお・昆布だしを使用しています。

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