



26年10月 献立表

22日(水)は
手作りお弁当の日です!

日	未満児おやつ	昼食	3時のおやつ	材料
1	水	牛乳・なし ごはん・鮭のからめ和え・ポイルキャベツ・じゃがいものみそ汁	お茶・りんご	米/鮭・酒・しょうゆ・でんぶん・油・ソース・砂糖・ケチャップ/キャベツ・マヨネーズ/じゃがいも・あげ・たまねぎ・にんじん・しめじ・ねぎ・みそ・煮干/牛乳・なし・りんご
2	木	牛乳・ぶどう ごはん・マーボー豆腐・中華スープ	牛乳・煮干のかりかり	米/豆腐・にんじん・たまねぎ・豚挽き肉・しょうが・ねぎ・でんぶん・砂糖・しょうゆ・油・中華スープの素/ベーコン・もやし・しいたけ・コーン・はるさめ・小松菜・スープの素・塩・しょうゆ・でんぶん/牛乳・バナナ/煮干・バター・青のり
3	金	牛乳・バナナ きのこご飯・はんぺんのすまし汁・小魚和え	牛乳・チーズ・ビスコ	米・鶏肉・エリンギ・しめじ・しいたけ・にんじん・あげ・しょうゆ・酒・砂糖/はんぺん・たまねぎ・にんじん・わかめ・塩・しょうゆ・かつお節・昆布/キャベツ・ちりめんじゃこ・きゅうり/牛乳・バナナ/チーズ・ビスコ
4	土	牛乳・なし ロールパン・ハヤシシチュー・キャベツとコーンのサラダ・バナナ	牛乳・菓子	パン/牛肉・にんにく・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ハヤシルウ・ケチャップ・バター・小麦粉/キャベツ・コーン・油・酢・砂糖・塩/牛乳・なし
6	月	牛乳・チーズ ごはん・ひじきハンバーグ・ポイルキャベツ・和風スープ	野菜ゼリー・ラムネ	米/豚挽き肉・ひじき・おから・たまねぎ・ガーリックパウダー・パン粉・牛乳・油・しょうゆ・みりん・砂糖/キャベツ/わかめ・にんじん・ふ・えのき・たまねぎ・あげ・しょうゆ・塩・かつお節・昆布/牛乳・チーズ・野菜ゼリー・ラムネ
7	火	牛乳・ぶどう スパゲティポロネーズ・キャベツとコーンのスープ・バナナ	ジョア・バームクーヘン	スパゲティ・豚肉・にんじん・ピーマン・たまねぎ・しめじ・油・ケチャップ・ソース・粉チーズ/ベーコン・コーン・キャベツ・にんじん・パセリ・スープの素・塩/牛乳・ぶどう/ジョア・バームクーヘン
8	水	牛乳・なし ごはん・豚みそ・ポイルキャベツ・けんちん汁	牛乳・チョイス	米/豚肉・たまねぎ・みそ・砂糖・みりん・酒/キャベツ/豆腐・さつま揚げ・じゃがいも・にんじん・だいこん・ねぎ・油・しょうゆ・かつお節/牛乳・なし・チョイス
9	木	牛乳・ぶどう 大豆ごはん・かつおのゴマ和え・えのき汁	牛乳・ふかししいも	米・大豆・鶏肉・にんじん・のり・酒・砂糖・しょうゆ・塩/こまつな・キャベツ・にんじん・もやし・もやし・いりごま・花かつお・ツナ・みりん・砂糖・しょうゆ/えのき・たまねぎ・わかめ・しょうゆ・かつお節・昆布/牛乳・ぶどう/さつまいも
10	金	牛乳・バナナ ごはん・白身魚のホイル蒸し・かぼちゃのみそ汁	お茶・ハッピーターン	米/カラスガレイ・キャベツ・にんじん・エリンギ・ねぎ・塩・酒・マヨネーズ・しょうゆ/かぼちゃ・たまねぎ・あげ・もやし・こまつな/ハッピーターン
11	土	運 動 会		
14	火	牛乳・ぶどう 中華うどん・もやしのゴマ和え・なし	お茶・するめ・動物よーち	うどん・豚肉・たまねぎ・にんじん・しいたけ・たけのこ・小松菜・ごま油・みりん・しょうゆ・スープの素・でんぶん・昆布/もやし・きゅうり・にんじん・ツナ・ごま・砂糖・しょうゆ/なし/牛乳・ぶどう/するめ・動物よーち
15	水	牛乳・なし いろいろパン・パンプキンシチュー・野菜サラダ・りんご	牧場の朝・ウエハース	いろいろパン/かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・コーン・鶏肉・スキムミルク・コーンクリーム・ポタージュの素・油/ハム・たまねぎ・きゅうり・油・酢・砂糖・塩/りんご/牛乳・なし/牧場の朝・ウエハース
16	木	牛乳・バナナ ごはん・魚のみそ煮・田舎汁	牛乳・さつまいもドーナツ	米/赤魚・酒・みりん・砂糖・みそ・しょうが・しょうゆ/鶏肉・にんじん・だいこん・あげ・豆腐・ごぼう・こんにゃく・わかめ・しょうゆ・油・かつお節/牛乳・バナナ/さつまいも・卵・バター・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・ごま・牛乳・油
17	金	牛乳・なし ごはん・さつまいもコロック・ポイルキャベツ・野菜スープ	牛乳・きな粉サンド	米/さつまいも・鶏ひき肉・たまねぎ・小麦粉・パン粉・油・ソース/キャベツ/ベーコン・にんじん・小松菜・もやし・コーン・ねぎ・スープの素・塩/牛乳・なし/食パン・マーガリン・きな粉・砂糖
18	土	牛乳・バナナ フレンチトースト・スパゲティソテー・コンソメスープ	牛乳・菓子	食パン・卵・牛乳・砂糖/ベーコン・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・コンソメ/スパゲティ・ケチャップ・塩/牛乳・バナナ
20	月	牛乳・りんご ごはん・肉団子スープ・ジャーマンポテトサラダ・バナナ	牛乳・マリー	米/鶏ひき肉・しょうが・豆腐・たまねぎ・卵・はるさめ・しいたけ・にんじん・もやし・小松菜・塩・酒・パン粉・油・しょうゆ・かつお節/ベーコン・じゃがいも・たまねぎ・油・酢・砂糖・塩・粒マスタード・パセリ/バナナ/牛乳・りんご・マリー
21	火	牛乳・なし 豆乳みそスパゲティ・ひじきサラダ・ぶどう	牛乳・リッツ	スパゲティ・ベーコン・たまねぎ・しいたけ・にんじん・にんにく・ねぎ・豆乳・油・みそ・塩・でんぶん/ひじき・レタス・ツナ・きゅうり・油・しょうゆ・酢・砂糖・花かつお・プチトマト/ぶどう/牛乳・なし・リッツ
22	水	牛乳・ぶどう お弁当の日	ジョア・白い風船	
23	木	牛乳・バナナ ごはん・筑前煮・さつまいものみそ汁	牛乳・おからせんべい	米/鶏肉・凍り豆腐・れんこん・しいたけ・にんじん・ごぼう・こんにゃく・グリーンピース・油・砂糖・しょうゆ/さつまいも・たまねぎ・わかめ・ねぎ・みそ・煮干/牛乳・バナナ/
24	金	牛乳・ぶどう コッペパン・魚フライごまみそ・ポイルキャベツ・きのこ汁	牛乳・オレンジ蒸しパン	コッペパン/カラスガレイ・塩・酒・小麦粉・パン粉・油・みそ・砂糖・みりん・ごま/キャベツ/えのき・しめじ・にんじん・たまねぎ・こまつな・あげ・塩・しょうゆ・かつお節/牛乳・ぶどう/白蒸し粉・オレンジジュース・にんじん・牛乳・卵・マーマレードジャム
25	土	牛乳・バナナ わかめうどん・ちくわの磯部揚げ・みかん	牛乳・菓子	うどん・わかめ・あげ・しいたけ・たまねぎ・えのき・しょうゆ・みりん・かつお節/ちくわ・小麦粉・卵・青のり・油/みかん/牛乳・バナナ
27	月	牛乳・ぶどう ごはん・さといもと大豆のカレー煮・チーズサラダ・バナナ	フルーツヨーグルト	米/牛ひき肉・しょうが・たまねぎ・さといも・にんじん・大豆・スキムミルク・ケチャップ・カレー粉・しょうゆ・油/チーズ・きゅうり・レタス・トマト・油・酢・砂糖・塩/牛乳・ぶどう/みかん・もも・りんご・ヨーグルト・コーンフレーク
28	火	牛乳・バナナ 五目うどん・金時豆甘煮・きよほう	お茶・マカロニあべ川	うどん・鶏肉・にんじん・しいたけ・たまねぎ・わかめ・白菜・ねぎ・しょうゆ・みりん・かつお節・昆布/金時豆・砂糖・しょうゆ/きよほう/牛乳・バナナ/
29	水	牛乳・りんご ごはん・煮魚・豚汁	牛乳・やさいかりんとう	米/赤魚・しょうが・しょうゆ・砂糖/豚肉・さといも・ごぼう・にんじん・豆腐・こんにゃく・たまねぎ・白菜・みそ/牛乳・りんご・野菜かりんとう
30	木	牛乳・バナナ さつまいものカレーライス・キャベツサラダ・りんご	お茶・甘辛だんご	米・豚肉・さつまいも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ガーリックパウダー・油・ローリエ・チャツネ・スープの素・ソース・バター・小麦粉・牛乳・カレー粉/キャベツ・ツナ・コーン・きゅうり・塩・砂糖・しょうゆ・ごま油/りんご/牛乳・バナナ/白玉粉・上新粉・しょうゆ・砂糖・でんぶん
31	金	牛乳・なし ごはん・チキンカツ・ポイルキャベツ・プチトマト・野菜スープ	牛乳・ワッフル	米/鶏ささみ肉・塩・小麦粉・卵・粉チーズ・パン粉・油・ケチャップ・ソース/キャベツ・プチトマト・マヨドレ/ベーコン・たまねぎ・にんじん・しめじ・ねぎ・スープの素・塩/牛乳・なし・ワッフル

