

10月 献立表



		12・26 (月)	13・27 (火)	14・28 (水)	1・15・29 (木)	16・30 (金)	17・31 (土)		5・19 (月)	6・20 (火)	2・21 (金)(水)	8・22 (木)	9 (金)	3・24 (土)	お誕生会 23(金)
昼	献立名	ごはん 大根のそぼろ煮 のり和え 清汁	ごはん 肉豆腐 梅肉和え みそ汁	さつまいもごはん 鮭のてりやき ほうれん草と れんこんのサラダ 清汁	ごはん 鶏肉梅焼き じゃがいもの さつぱり和え みそ汁	ごはん いわしの ごまみそ焼き うの花炒煮 清汁	ごはん 豚肉と 切干大根の炒煮 みそ汁	献立名	ごはん 回鍋肉 かぼちゃの ごま酢和え 清汁	ごはん 高野豆腐の えびあんかけ お浸し みそ汁	梅ごはん 鱈のきじ焼き 拌三糸 清汁	ごはん 鶏肉の香味焼き ナムル みそ汁	カレーライス 0・1歳児 ハヤシライス コーンサラダ	衣笠うどん 煮物	きのこごはん 鯖の カレー焼き スイートポテト サラダ みそ汁
	材	白米 鶏ミンチ 大根 さといも 人参 三度豆 薄口しょうゆ 砂糖 みりん 油 だしかつお 片栗粉 水	白米 豚肉 木綿豆腐 人参 玉ねぎ ねぎ ふ 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ 砂糖 みりん 酒 みりん 油	白米 さつまいも 黒ごま 塩 鮭 濃口しょうゆ 砂糖 酒 みりん ほうれん草 れんこん ひじき 濃口しょうゆ 酢 ごま油 大根 人参 油揚げ 薄口しょうゆ だし昆布 だしかつお 水	白米 鶏もも肉 梅干し 濃口しょうゆ みりん じゃがいも きゅうり ごま 薄口しょうゆ 酢 小松菜 しめじ みそ だしかつお 水	白米 いわし みそ 濃口しょうゆ みりん 砂糖 ごま おから 人参 ごぼう ねぎ 油揚げ 薄口しょうゆ 砂糖 だしかつお 水 もやし ちんげん菜 薄口しょうゆ だし昆布 だしかつお 水	白米 豚肉 切干大根 人参 油揚げ 油 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ 砂糖 だしかつお 水 じゃがいも 玉ねぎ みそ だしかつお 水	献立名	白米 豚肉 キャベツ 人参 ピーマン しめじ 油 みそ 濃口しょうゆ 砂糖 酒 かぼちゃ きゅうり 人参 ぎま 薄口しょうゆ 酢 そうめん ゆば みつば 薄口しょうゆ だし昆布 だしかつお・水	白米 鶏肉 高野豆腐 人参 しめじ 三度豆 えび・酒 薄口しょうゆ 砂糖 だしかつお 片栗粉、水 小松菜 太もやし 濃口しょうゆ なめこ 白ねぎ みそ だしかつお 水	白米 梅干し 鱈 ねぎ しょうが 濃口しょうゆ 春雨 焼豚 油 人参 きゅうり 薄口しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 玉ねぎ わかめ 薄口しょうゆ だし昆布 だしかつお 水	白米 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ パセリ パン粉 マヨドレ ウスターソース 大根 きゅうり みつば 薄口しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 豆腐 えのきだけ 薄口しょうゆ みそ だしかつお 水 キャベツ きゅうり コーン缶 薄口しょうゆ 酢 油	うどん 鶏細切れ ほうれん草 人参 油揚げ 薄口しょうゆ だしかつお だし昆布 水 さといも 人参 こんにゃく 濃口しょうゆ みりん だしかつお 水	白米 しめじ えのきだけ 人参 油あげ 薄口しょうゆ だし昆布 鯖 濃口しょうゆ 酒 カレー粉 小麦粉 油 さつまいも 人参 きゅうり マヨドレ 白菜 ちんげん菜 みそ だしかつお 水	
おやつ	献立名	フルーツ カスタード 牛乳	コーンお焼き 牛乳	じゃこチップス 柿 牛乳	かるかん 牛乳	おにぎり お茶	焼いも 牛乳	献立名	ココア蒸しパン 牛乳	大学いも 牛乳	ツナサンド 牛乳	みたらし団子 0・1歳児 みたらしマカロニ お茶	クッキー 牛乳	おにぎり お茶	アップルケーキ 牛乳
	材	バナナ パイナップル缶 みかん缶 卵 コーンスターチ 牛乳 バター 砂糖	小麦粉 キャベツ コーンクリーム缶 卵 牛乳 油 とんかつソース ウスターソース	かえりちりめん スライスアーモンド 濃口しょうゆ 砂糖 酒 植	上新粉 ベーキングパウダー 長いも 砂糖 甘納豆	白米 小松菜 塩	さつまいも	献立名	小麦粉 ベーキングパウダー ココア 砂糖 牛乳	さつまいも 黒ごま 薄口しょうゆ 砂糖 酢 油	食パン キャベツ シーチキン缶 マヨドレ	白玉粉 上新粉 濃口しょうゆ 砂糖 片栗粉 水	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 バター 卵 ココア	白米 かつおぶし 濃口しょうゆ	小麦粉 ベーキングパウダー りんご 砂糖 卵 バター

お弁当日 7(水) ホットケーキ(小麦粉、砂糖、卵、牛乳、バター、油)、牛乳

旬の食材には下線を引いています。
材料等の都合で、多少献立が変更となる場合もありますので、ご了承ください。