

# 10月献立表

	献立名	材料名	おやつ(朝:乳児部のみ)
1 (火)	ごはん 八宝菜 おかか和え スープ バナナ	米 豚肉・えび・玉葱・たけのこ・人参・椎茸・白葱・青梗菜・酒・薄口・鶏ガラ・こしょう・片栗粉・油 きゅうり・大根・かつお節・醤油 豆腐・春雨・コーン・ニラ・鶏ガラ	クラッカー 黒糖ホットケーキ (ホットケーキミックス・黒糖・牛乳)
2 (水)	ごはん さばの味噌煮 納豆和え すまし汁 オレンジ	米 さば・生姜・酒・みりん・醤油・砂糖・味噌 ほうれん草・人参・納豆・もみり・醤油 カットわかめ・大根・玉葱・しめじ・塩・薄口	ビスケット 大学芋 (さつま芋・揚げ油・黒ごま・醤油・砂糖)
3 (木)	ごはん おからナゲット ごま和え 味噌汁 梨	米 鶏胸肉・おから・玉葱・じゃが芋・卵・片栗粉・コンソメ・塩・こしょう・マヨネーズ・油 れんこん・きゅうり・すりごま・砂糖・醤油 卵・人参・まいたけ・みつば・味噌	かえり なめだおにぎり (米・なめだけ・梅干し・もみり)
4 (金)	ごはん 鶏肉ののり焼き ブロッコリーのおかか煮 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・きざみり・酒・みりん・砂糖・醤油 ブロッコリー・かつお節・醤油・薄口・みりん・だし汁 油揚げ・里芋・人参・葱・味噌	チーズ クラッカーサンド (クラッカー・ブルーベリージャム)
5 (土)	 <b>なかよしうんどうかい</b> 		
7 (月)	ごはん レバーのかりんとう 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酒・砂糖・ごま きゅうり・カットわかめ・もやし・すりごま・酢・砂糖・薄口 人参・卵・えのき・青梗菜・味噌	リッツ りんごクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・卵黄・無塩バター 砂糖・りんご)
8 (火)	ごはん 魚のとろろ焼き 煮浸し 味噌汁 バナナ	米 カレイ・長芋・マヨネーズ・酒・醤油 小松菜・しめじ・油揚げ・酒・みりん・醤油・薄口・だし汁 玉葱・かぼちゃ・大根・葱・味噌	ポーロ 麩のラスク (麩・バター・グラニュー糖)
9 (水)	ごはん 肉じゃが 塩っぺ和え 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・油・だし汁 キャベツ・切干大根・塩昆布 白菜・厚揚げ・しめじ・味噌	スティックビスケット きなこだんご (白玉粉・絹ごし豆腐・きなこ・砂糖・塩)
10 (木)	ハンバーガー コールスローサラダ スープ オレンジ	豆乳丸 豚胸肉・鶏胸肉・玉葱・人参・パン粉・卵・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・きゅうり・ハム・マヨネーズ・酢・塩・砂糖 豆腐・えのき・人参・コーン・コンソメ	クラッカー わかめおにぎり (米・炊き込みわかめ・ごま)
11 (金)	豚丼 ミニトマト 梅和え バナナ	米・豚肉・玉葱・人参・もやし・ニラ・にんにく・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・だし汁・油 ミニトマト れんこん・大根・梅干し・砂糖・醤油・かつお節	芋けんぴ 青りんごゼリー
12 (土)	さつま芋ごはん 炒め物 豚汁 オレンジ	米・さつま芋・酒・塩・だし昆布 キャベツ・エリンギ・ベーコン・コーン・バター・醤油・鶏ガラ 豚肉・大根・人参・ごま油・葱・味噌	ビスケット おやつパン
14 (月)	<b>スポーツの日 祝日休園</b> 		
15 (火)	ごはん 鶏肉のおかかマヨ焼き 切干大根の煮物 味噌汁 りんご	米 鶏肉・マヨネーズ・酒・かつお節・醤油 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口・醤油・砂糖・だし汁 玉葱・かぶ・しめじ・葱・味噌	チーズ マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖・塩)
16 (水)	ごはん 厚揚げのトロトロ炒め 和え物 しじみ汁 バナナ	米 豚肉・厚揚げ・白菜・なめこ・人参・生姜・酒・鶏ガラ・醤油・砂糖・片栗粉・ごま油 ブロッコリー・切干大根・ツナ・醤油・砂糖 しじみ・葱・味噌	リッツ 青のりくるくるパイ (春巻きの皮・マヨネーズ・青のり)
17 (木)	★乳児部誕生会 ビビンバ ヤンニョムチキン ハンサンズー スープ みかん	米・豚胸肉・ほうれん草・もやし・卵・砂糖・塩・にんにく・砂糖・味噌・醤油・酒・ごま油 鶏肉・酒・片栗粉・揚げ油・ケチャップ・醤油・みりん・砂糖・にんにく・ごま 春雨・きゅうり・ハム・すりごま・ごま油・酢・砂糖・薄口 人参・玉葱・椎茸・鶏ガラ	スティックビスケット 満月スイートポテト (さつま芋・バター・生クリーム・砂糖・黒ごま)

	献立名	材料名	おやつ
18 (金)	わかめうどん さつま芋の天ぷら 醤油マヨ和え オレンジ	うどん・鶏肉・カットわかめ・玉葱・椎茸・薄口・醤油・酒・塩・みりん・だし汁 さつま芋・小麦粉・片栗粉・塩・揚げ油 ほうれん草・人参・白菜・マヨネーズ・醤油・かつお節 オレンジ	ポーロ バターコーンカレーおこぎり (米・ウインナー・バター・コーン・塩・カレー粉)
19 (土)	鮭ごはん 里芋の煮物 味噌汁 バナナ	米・鮭フレーク・大葉・ごま 里芋・みりん・醤油・砂糖・だし汁 人参・玉葱・豆腐・えのき・葱・味噌	クラッカー おやつパン
21 (月)	ごはん 麻婆春雨 中華きゅうり スープ りんご	米 春雨・豚肉・人参・玉葱・干し椎茸・葱・生姜・にんにく・醤油・味噌・酒・砂糖・コンソメ・甜麺醬・片栗粉・ごま油 きゅうり・かつお節・酢・砂糖・醤油・塩・ごま油 白菜・豆腐・しめじ・ニラ・鶏ガラ	かえり 紅茶ポーロ (小麦粉・紅茶・砂糖・バター・油)
22 (火)	キーマカレー なかよしポテトサラダ ゆで卵／チーズ オレンジ	米・豚肉・人参・玉葱・椎茸・しめじ・エリンギ・えのき・ケチャップ・中濃ソース・にんにく・生姜・カレーパウダー・カレー粉・油 じゃが芋・さつま芋・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩・こしょう 卵・塩 / スティックチーズ オレンジ	ビスケット アーモンドフィッシュ (スライスアーモンド・かえり・砂糖・みりん・醤油)
23 (水)	<u>職員会</u> ごはん 魚のホイル焼き きんぴらごぼう 味噌汁 バナナ	米 鮭・えのき・玉葱・レモン汁・塩・薄口・酒・マヨネーズ ごぼう・人参・しらたき・酒・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま・だし汁 なめこ・大根・厚揚げ・葱・味噌	ポーロ エジプト焼き (うどん・ニラ・卵・長芋・お好みソース)
24 (木)	<h2 style="color: green;">お弁当の日</h2>  <p>※必ず加熱したものをに入れて頂きますようお願い致します。 ミニトマト・果物等は未加熱でかまいません。</p>		クラッカー じゃが芋の包み揚げ (ぎょうざの皮・じゃが芋・コーン・マヨネーズ・揚げ油)
25 (金)	★幼児部誕生会 豚しぐれごはん 鶏肉の葱味噌焼き おかか和え すまし汁 みかん	米・豚肉・生姜・酒・砂糖・醤油・もみのり・油 鶏肉・酒・みりん・砂糖・味噌・葱 キャベツ・人参・切干大根・かつお節・醤油 卵・まいたけ・玉葱・カットわかめ・塩・薄口	芋けんぴ マーマレードケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・無塩バター・卵・マーマレード)
26 (土)	クリームスパゲティー サラダ チーズ オレンジ	スパゲティー・鶏肉・しめじ・玉葱・パセリ・生クリーム・牛乳・バター・小麦粉・塩・こしょう・コンソメ れんこん・きゅうり・ちくわ・酢・薄口・砂糖・ごま油 スティックチーズ オレンジ	リッツ おやつパン
28 (月)	ごはん ふわふわオムレツ きのこソテー スープ オレンジ	米 卵・ベーコン・えのき・玉葱・長芋・ケチャップ・パセリ まいたけ・エリンギ・豚肉・塩・こしょう・ごま油 コーン・キャベツ・大根・人参・コンソメ	ビスケット ひじきおこぎり (米・ひじき・人参・油揚げ・酒・砂糖・醤油・だし汁)
29 (火)	ごはん 魚の昆布あんかけ ごま和え 味噌汁 バナナ	米 シラ・片栗粉・揚げ油・塩昆布・葱・酒・みりん・薄口・だし汁・片栗粉 白菜・人参・きゅうり・すりごま・醤油・砂糖 玉葱・椎茸・卵・みつば・味噌	スティックビスケット プチピザ (リッツ・ツナ・コーン・ケチャップ・ピザソース)
30 (水)	ごはん 筑前煮 ゆかりマヨ和え 味噌汁 りんご	米 鶏肉・大豆・人参・大根・れんこん・こんにゃく・里芋・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・だし汁・油 ほうれん草・切干大根・ゆかり・マヨネーズ もやし・麩・なめこ・白葱・味噌	リッツ フレンチトースト (食パン・牛乳・卵・砂糖・バター)
31 (木)	おばけちゃんごはん パンプキンシチュー スティックサラダ ウインナー オレンジ	米・ケチャップ・人参 鶏肉・玉葱・人参・しめじ・かぼちゃ・フロッコリー・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ 大根・きゅうり・すりごま・酢・砂糖・薄口・ごま油 ウインナー オレンジ	クラッカー ハロウィンクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・卵・砂糖・ココア・粉糖)

※献立の中の食材で、まだ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いただき、何かあればお知らせください。  
(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。)

※ちくわ・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。  
※味噌汁・すまし汁には、かつお・昆布だしを使用しています。

★たんぽぽ組～さくら組は朝おやつ・昼おやつの時に牛乳を飲み、ぱら組～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。