

# 10月献立表

みのり保育園

	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 火	ごはん 豚ごぼうのしぐれ煮 切干大根のごま酢和え 麩の味噌汁 くだもの	米 豚ばら・ごぼう・えのき・生姜・酒・醤油・砂糖・ごま 切干大根・人参・ツナ・ほうれん草・酢・醤油・砂糖 麩・玉葱・キャベツ・人参・味噌 <b>ルヴァン</b> <b>チヂミ</b> 小麦粉・片栗粉・豚ばら・にら・コーン・塩 チーズ・ごま油・醤油・酢・砂糖
2 水	ロールパン ハンバーグ カレーマカロニサラダ 大根スープ くだもの	ロールパン 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・中濃ソース・ケチャップ・砂糖 マカロニ・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・カレー粉 大根・キャベツ・人参・大根・鶏がら・塩 <b>とろべー</b> <b>梅のりおにぎり</b> 米・梅干し・のり・ごま
3 木	ごはん 豆腐チャンプルー もやしの和え物 えのきスープ くだもの	米 豆腐・豚ばら・しめじ・人参・キャベツ・鶏がら・醤油・酒・みりん もやし・切干大根・胡瓜・酢・醤油・砂糖・ごま油 えのき・白菜・人参・玉葱・鶏がら・塩 <b>芋けんぴ</b> <b>フルーツヨーグルト</b> ヨーグルト・みかん缶・桃缶・バナナ・砂糖
4 金	ごはん かれないの梅マヨ焼き 大根サラダ キャベツの味噌汁 くだもの	米 かれない・梅干し・マヨネーズ・醤油・みりん 大根・ブロッコリー・ハム・かつお節・酢・醤油・ごま油 キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・味噌 <b>アンパンマンビスケット</b> <b>お芋ねじりパイ</b> パイシート・グラニュー糖・砂糖 バター・さつまいも
5 土	生しぐれごはん 具だくさん汁 くだもの	米・牛もも・生姜・油・醤油・砂糖・のり 豆腐・人参・玉葱・さつまいも・ねぎ・味噌 <b>おやつ</b> <b>あんぱん</b>
7 月	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 もやしの中華和え 南瓜の味噌汁 くだもの	米 豚ばら・刻み昆布・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 もやし・人参・胡瓜・砂糖・醤油・酢・ごま油 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・味噌 <b>クラッカー</b> <b>抹茶だんご</b> 白玉粉・豆腐・抹茶・きな粉・砂糖・塩
8 火	秋いつばいごはん 中華風チキン コーンサラダ 豆腐の味噌汁 くだもの	米・鶏ひき肉・しめじ・舞茸・エリンギ・塩・醤油・酒・油 鶏もも・玉葱・生姜・にんにく・みりん・醤油・酒・ごま油・ごま キャベツ・コーン・胡瓜・ツナ・醤油・酢・砂糖 豆腐・玉葱・人参・わかめ・味噌 <b>マンナウエハース</b> <b>梨と紅茶のケーキ</b> ホットケーキ粉・梨・砂糖・牛乳 バター・紅茶
9 水	焼豚ラーメン さつまいもの甘煮 小松菜の海苔和え くだもの	中華麺・焼豚・玉葱・人参・キャベツ・もやし・ねぎ 醤油・鶏がら・ごま油・塩 さつまいも・醤油・砂糖 小松菜・キャベツ・のり・醤油・砂糖 <b>ツナドリア</b> 米・ツナ・玉葱・マヨネーズ・牛乳 塩・パセリ・チーズ <b>マンナビスケット</b>
10 木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜の煮物 もやしスープ くだもの	米 鮭・キャベツ・しめじ・バター・味噌・みりん・砂糖 南瓜・醤油・砂糖 もやし・人参・えのき・玉葱・鶏がら・醤油 <b>きな粉蒸しパン</b> ホットケーキ粉・砂糖・牛乳・きな粉・レーズン
11 金	ごはん 鶏のごま味噌焼き ひじきの煮物 すまし汁 くだもの	米 鶏もも・味噌・みりん・ごま ひじき・人参・油揚げ・ごま油・醤油・砂糖・酒・みりん・ごま えのき・玉葱・わかめ・豆腐・醤油・塩 <b>どうぶつビスケット</b> <b>ココアポーロ</b> 小麦粉・バター・油・砂糖・ココア
12 土	五目チャーハン 中華スープ くだもの	米・豚ばら・人参・キャベツ・コーン・ねぎ・にんにく・塩・鶏がら・ごま油・醤油 豆腐・人参・もやし・玉葱・わかめ・鶏がら・醤油 <b>おやつ</b> <b>オレンジゼリー</b>
14 月	<b>スポーツの日</b>	
15 火	ごはん 鶏レバーの味噌煮 チョレギ風サラダ ねぎごまスープ くだもの	米 鶏レバー・生姜・味噌・砂糖・みりん・酒 キャベツ・竹輪・人参・のり・醤油・ごま油・ごま 豚ひき肉・春雨・キャベツ・ねぎ・生姜・ごま・酒・醤油・鶏がら <b>芋けんぴ</b> <b>ハムコーンポテト</b> じゃが芋・塩・片栗粉・マヨネーズ・ハム・コーン

☆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。  
 ☆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。  
 ☆ハム・ベーコン・ウィンナー・マヨネーズ・パン・竹輪は卵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 水	きのこハヤシライス コーンサラダ さつま芋のチーズ焼き くだもの	米・牛もも・玉葱・人参・しめじ・エリンギ・えのき 油・ハヤシルウ コーン・キャベツ・ブロッコリー・醤油・酢・砂糖・油 さつま芋・チーズ	<b>とろべー</b> <b>ルヴァンサンド</b> ルヴァン・いちごジャム
17 木	ごはん 豚肉と野菜の甘辛炒め ハンサンスー 里芋の味噌汁 くだもの	米 豚ばら・玉葱・キャベツ・もやし・生姜・醤油・砂糖・みりん・ごま油 春雨・胡瓜・人参・ハム・砂糖・醤油・酢・ごま油・ごま 里芋・玉葱・えのき・わかめ・味噌	<b>ルヴァン</b> <b>アップルスイートポテト</b> さつま芋・生クリーム・りんご 砂糖・バター
18 金	ごはん のりマヨチキン きのこのソテー わかめスープ くだもの	米 鶏もも・マヨネーズ・にんにく・塩・のり えのき・しめじ・舞茸・ベーコン・コーン・塩・バター・醤油 わかめ・玉葱・人参・キャベツ・鶏がら・醤油	<b>アンパンマンビスケット</b> <b>バナナサンド</b> 食パン・バナナ・ホイップクリーム
19 土	<b>なかよし運動会</b>		
21 月	黒糖パン 鶏のマーマレード焼き スパゲティサラダ かぶのスープ くだもの	黒糖パン 鶏もも・塩・砂糖・醤油・マーマレードジャム スパゲティ・ツナ・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 かぶ・えのき・玉葱・人参・コンソメ・塩	<b>マンナウエハース</b> <b>五平もち</b> 米・味噌・砂糖・みりん・酒
22 火	ごはん ブルコギ風炒め 塩ナムル 豆腐スープ くだもの	米 牛ばら・生姜・にんにく・人参・玉葱・白菜・にら・砂糖・醤油・酒・ごま 小松菜・もやし・コーン・鶏がら・塩・醤油・ごま油 豆腐・えのき・人参・わかめ・鶏がら・醤油	<b>クラッカー</b> <b>チーズホットケーキ</b> ホットケーキ粉・砂糖・牛乳・チーズ
23 水	ごはん 和風ミートローフ キャベツのしらす和え なめこ汁 くだもの	米 豚ひき肉・玉葱・人参・椎茸・豆腐・酒・醤油・塩・パン粉 キャベツ・胡瓜・しらす・醤油 なめこ・玉葱・白菜・人参・味噌	<b>とろべー</b> <b>ポテマヨトースト</b> 食パン・じゃが芋・玉葱・ベーコン チーズ・マヨネーズ
24 木	<b>お弁当の日</b>		
25 金	ごはん 赤魚チリ ツナサラダ コンソメスープ くだもの	米 赤魚・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖・醤油 ツナ・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ・醤油 玉葱・人参・キャベツ・えのき・コンソメ・バター	<b>どうぶつビスケット</b> <b>マカロニきな粉</b> マカロニ・きな粉・砂糖・塩
26 土	塩ラーメン 切干大根のサラダ くだもの	中華麺・豚ばら・玉葱・人参・キャベツ・もやし・醤油・鶏がら・塩・ごま油 切干大根・人参・竹輪・酢・砂糖・醤油・油	<b>おやつ</b> <b>いちごジャムパン</b>
28 月	ごはん 鶏の味噌チーズ焼き ごぼうとコーンのサラダ 春雨スープ くだもの	米 鶏もも・味噌・みりん・砂糖・チーズ ごぼう・人参・ハム・コーン・マヨネーズ・醤油 春雨・大根・人参・わかめ・鶏がら・塩	<b>アンパンマンビスケット</b> <b>バナナココアケーキ</b> ホットケーキ粉・バター・砂糖・牛乳 バナナ・ココア
29 火	きつねうどん 金時豆煮 おかか和え くだもの	ゆでうどん・鶏もも・油揚げ・白菜・玉葱・人参 醤油・砂糖・みりん・塩 金時豆・醤油・砂糖 胡瓜・キャベツ・もやし・かつお節・醤油	<b>クラッカー</b> <b>じゃこおにぎり</b> 米・しらす・のり・醤油・ごま
30 水	ごはん さわらの西京焼き 納豆和え さつま芋の味噌汁 くだもの	米 さわら・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 小松菜・キャベツ・人参・納豆・醤油・のり・ごま さつま芋・玉葱・キャベツ・人参・味噌	<b>マンナウエハース</b> <b>きのこスパゲティ</b> スパゲティ・玉葱・ベーコン・しめじ・えのき 醤油・酒・にんにく・バター
31 木	ごはん 豚じゃがのごまチーズ炒め 白菜のしゃきしゃき和え 厚揚げの味噌汁 くだもの	米 豚ばら・粉チーズ・じゃが芋・人参・キャベツ・にんにく・ごま・塩・醤油 白菜・コーン・もやし・醤油 厚揚げ・玉葱・えのき・わかめ・味噌	<b>ブルー</b> <b>生クリームクッキー</b> 小麦粉・生クリーム・バター・砂糖 ベーキングパウダー