



10月献立表(昼食・おやつ)



社会福祉法人 みつき福祉会

みつき浜乃木保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (火)	ごはん スタミナ炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 牛肉・人参・もやし・椎茸・キャベツ・生姜・にんにく・みりん・酒・砂糖・醤油・油 きゅうり・人参・ちくわ・かつお節・醤油 えのき・玉葱・葱・味噌 バナナ	クラッカー 抹茶ボーロ (小麦粉・砂糖・バター・油・抹茶)
2 (水)	ごはん かき揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・人参・玉葱・ごぼう・卵・小麦粉・薄口・塩・酒・油 キャベツ・ひじき・すりごま・醤油 油揚げ・えのき・葱・味噌 オレンジ	リッツ スティックパイ (パイシート・グラニュー糖)
3 (木)	ごはん 鶏肉のきのこチーズ焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩・こしょう・しめじ・えのき・エリンギ・醤油・ピザチーズ・バター 白菜・切り干し大根・しらす・しょうゆ もやし・人参・玉葱・わかめ・味噌 バナナ	ビスケット カステラ (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・卵・牛乳)
4 (金)	ごはん 鮭の香草焼き サラダ スープ オレンジ	米 鮭・塩・酒・パン粉・カレー粉・パセリ・オリーブ油 白菜・もやし・切り干し大根・酢・砂糖・薄口 人参・大根・コーン・コンソメ オレンジ	チーズ もちもちきな粉パン (だんごの粉・きな粉・砂糖・塩・油・牛乳・黒ゴマ)
5 (土)	野菜のあんかけ丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・玉葱・人参・もやし・しめじ・砂糖・みりん・薄口・醤油・酒・片栗粉・油 油揚げ・人参・大根・葱・味噌 バナナ	クラッカー おやつパン
7 (月)	ごはん 麻婆春雨 中華サラダ ワタンスープ オレンジ	米 豚挽肉・春雨・玉葱・人参・干し椎茸・ニラ・生姜・にんにく・味噌・醤油・酒・テンメンジャン・砂糖・ごま油・片栗粉 きゅうり・もやし・すりごま・酢・薄口・砂糖・ごま油 青梗菜・しめじ・ワンタン・中華だしの素 オレンジ	ビスケット マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
8 (火)	ごはん ミートローフ 切干大根の炒り煮 味噌汁 バナナ	米 豚挽き肉・玉葱・人参・チーズ・卵・塩・こしょう・パン粉・ケチャップ 油揚げ・人参・切干大根・酒・みりん・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・大根・味噌 バナナ	リッツ クラッカーサンド (クラッカー・マーメイドジャム)
9 (水)	お弁当の日  必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します。		チーズ お好み焼き風 (小麦粉・卵・葱・キャベツ・長いも・豚肉・お好みソース)
10 (木)	ごはん 肉じゃが 和え物 味噌汁 バナナ	米 牛肉・じゃが芋・人参・玉葱・糸こんにゃく・薄口・砂糖・酒・みりん キャベツ・人参・かつお節・醤油 もやし・えのき・わかめ・味噌 バナナ	リッツ 豆腐ドーナツ (ホットケーキミックス・豆腐・牛乳・砂糖)
11 (金)	ラーメン チーズ オレンジ	中華麺・焼き豚・玉葱・人参・もやし・椎茸・葱・コンソメ・酒・塩・こしょう・醤油・薄口・ごま油 スティックチーズ オレンジ	クラッカー おにぎり (米・塩こんぶ)
12 (土)	運動会 		
14 (月)	 スポーツの日(祝日休園) 		
15 (火)	カレーライス サラダ オレンジ	米・豚肉・人参・しめじ・玉葱・じゃがいも・カレーパウダー キャベツ・切り干し大根・マヨネーズ・ツナ オレンジ	リッツ おさつクッキー (小麦粉・無塩バター・砂糖・さつまいも・黒ごま)
16 (水)	★誕生日メニュー 夕焼けごはん 鶏肉のりんごソース 和え物 味噌汁 梨	米・人参・ベーコン・コーン・コンソメ・バター・塩・こしょう 鶏肉・生姜・酒・片栗粉・揚げ油・りんご・玉葱・砂糖・酢・醤油 キャベツ・もやし・醤油・すりごま なめこ・豆腐・大根・葱・味噌 梨	ビスケット 青のりポテト (じゃがいも・油・塩・青のり)

	献立名	材料名	おやつ
17 (木)	ごはん 豚肉とキャベツのごま炒め 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・キャベツ・しめじ・生姜・ポン酢・砂糖・すりごま・塩・ごま油 もやし・ほうれん草・かつお節・醤油 人参・大根・麩・葱・味噌 オレンジ	クラッカー 和風蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・こしあん)
18 (金)	ごはん さんまの塩焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 さんま・塩 キャベツ・人参・かつお節・醤油 玉葱・大根・さつまいも・味噌 バナナ	リッツ フライドチキン (鶏肉・小麦粉・にんにく・塩・こしょう・コンソメ)
19 (土)	炊き込みごはん 味噌汁 オレンジ	米・鶏肉・ひじき・油揚げ・人参・砂糖・醤油 しめじ・大根・じゃが芋・葱・味噌 オレンジ	クラッカー おやつパン
21 (月)	ごはん 豆腐のねぎじゃこステーキ サラダ 味噌汁 バナナ	米 豆腐・ベーコン・しらす干し・葱・しめじ・酒・砂糖・醤油・塩・こしょう・油 ブロッコリー・ひじき・ツナ・醤油・マヨネーズ 油揚げ・玉葱・人参・味噌 バナナ	ビスケット じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・ピザチーズ・バター・もみのり)
22 (火)	ごはん レバーのかりんとう 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・砂糖・醤油・みりん・ごま ツナ・れんこん・大根・醤油 もやし・大根・人参・味噌 オレンジ	チーズ ホットケーキ (ホットケーキミックス・牛乳・メープルシロップ)
23 (水)	ごはん 鶏肉の照り焼き ゆかり和え 味噌汁 柿	米 鶏肉・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 ほうれん草・人参・ゆかり 豆腐・しめじ・葱・味噌 柿	ビスケット ふかし芋 (さつまいも・塩)
24 (木)	ごはん 鶏とさつまいもの中華炒め ハンサンスー 中華スープ バナナ	米 鶏肉・片栗粉・さつまいも・酒・玉葱・人参・生姜・にんにく・オイスターソース・砂糖・醤油 もやし・人参・きゅうり・春雨・すりごま・醤油・砂糖・酢・ごま油 大根・玉葱・しめじ・味噌 バナナ	リッツ メープルクッキー (ホットケーキミックス・メープルシロップ・バター)
25 (金)	ごはん 魚の醤油マヨ焼き ひじきの炒り煮 味噌汁 オレンジ	米 カレイ・酒・醤油・マヨネーズ 油揚げ・ひじき・人参・酒・みりん・砂糖・醤油 豆腐・わかめ・えのき・味噌 オレンジ	クラッカー 磯ビーンズ (大豆・片栗粉・油・青のり・砂糖・醤油)
26 (土)	うどん ごぼうサラダ バナナ	うどん・豚肉・油揚げ・玉葱・人参・椎茸・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん ごぼう・キャベツ・ツナ・マヨネーズ・醤油 バナナ	リッツ おにぎり (米・しそふりかけ)
28 (月)	ごはん ポークビーンズ サラダ スープ オレンジ	米 豚肉・大豆・人参・玉葱・じゃがいも・ケチャップ・コンソメ・中濃ソース ブロッコリー・ひじき・酢・砂糖・薄口・すりごま マカロニ・人参・玉葱・コンソメ オレンジ	クラッカー ミルクくずもち (牛乳・片栗粉・砂糖・きな粉・はちみつ)
29 (火)	ごはん 魚の甘辛煮 和え物 味噌汁 バナナ	米 鯖・砂糖・醤油・みりん・酒 ほうれん草・切干大根・ツナ・醤油・かつお節 ごぼう・里芋・玉葱・葱・味噌 バナナ	ビスケット ラスク (食パン・マーガリン・グラニュー糖)
30 (水)	ごはん 厚揚げのそぼろ炒め 和え物 味噌汁 柿	米 豚挽き肉・厚揚げ・人参・じゃが芋・玉葱・砂糖・醤油・みりん・片栗粉 もやし・小松菜・ちくわ・かつお節・醤油 えのき・大根・麩・葱・味噌 柿	クラッカー のりせんべい (ぎょうざの皮・のり・かつお節・マヨネーズ・ピザチーズ)
31 (木)	★ハロウィンメニュー (りす・うさぎみ) 食パン かぼちゃグラタン スープ バナナ	食パン 鶏肉・玉葱・人参・しめじ・南瓜・パセリ・バター・小麦粉・塩・こしょう・コンソメ・牛乳 キャベツ・ツナ・コーン・マヨネーズ・醤油 バナナ	クラッカー ゼリー

★10/31 (木) ハロウィンクッキング (ぱんだくみ)

・サンドウィッチ・かぼちゃグラタン・フルーツポンチ





10月献立表(夕食)



社会福祉法人 みつき福祉会

みつき浜乃木保育園

	献立名	材料名
1 (火)	ごはん 卵焼き 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・塩・薄口・みりん・砂糖 人参・大根・わかめ・酢・薄口醤油・砂糖 じゃが芋・人参・豆腐・味噌 オレンジ
2 (水)	ごはん 鶏肉のパン粉焼き ゆかり和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・塩・こしょう・パン粉・ピザチーズ 大根・人参・すりごま・ひじき・醤油 人参・玉葱・麩・味噌 バナナ
3 (木)	ごはん 豆腐ステーキ 炒め物 味噌汁 梨	米 豆腐・鶏挽肉・葱・えのき・砂糖・レモン汁・醤油・塩・こしょう ブロッコリー・ツナ・醤油 玉葱・大根・人参・味噌 梨
4 (金)	ごはん 豚じゃがごまチーズ炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・チーズ・じゃが芋・人参・玉葱・トマトソース・白ごま・塩・薄口・オリーブ油 白菜・切り干し大根・のり・醤油 玉葱・もやし・えのき・味噌 バナナ
5 (土)	チャーハン 中華スープ オレンジ	米・焼き豚・人参・たけのこ・玉葱・卵・葱・醤油・塩・こしょう 玉葱・えのき・わかめ・ごま・鶏がらスープの素 オレンジ
7 (月)	ごはん 鶏ののり焼き 高野の卵とし 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・酒・塩・こしょう・刻みのり 高野豆腐・玉葱・人参・卵・葱・酒・みりん・砂糖・醤油・塩 なめこ・麩・玉葱・味噌 バナナ
8 (火)	ごはん 豚の生姜焼き なめたけ和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・葱・もやし・キャベツ・油・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 人参・大根・なめたけ・醤油 豆腐・もやし・葱・味噌 オレンジ
9 (水)	ごはん ハンバーグ ソテー スープ バナナ	米 豚挽き肉・人参・玉葱・卵・ケチャップ しめじ・ブロッコリー・ツナ・しょうゆ・バター 人参・マカロニ・玉葱・パセリ・コンソメ バナナ
10 (木)	ごはん 魚の味噌煮 酢の物 すまし汁 オレンジ	米 鯖・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖・味噌 大根・わかめ・もやし・酢・砂糖・薄口・かつお節 豆腐・玉葱・しめじ・薄口・塩 オレンジ
11 (金)	ごはん 鶏肉の塩唐揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・酒・塩・鶏ガラスープの素・片栗粉・油 キャベツ・切干し大根・人参・もみのり・醤油 玉葱・南瓜・葱・味噌 バナナ
12 (土)	運動会	
14 (月)	スポーツの日(祝日休園)	
15 (火)	ミートスパゲッティー スープ バナナ	スパゲッティー・人参・玉葱・しめじ・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・にんにく・バター・中濃ソース・砂糖・塩・こしょう 人参・玉葱・コーン・コンソメ バナナ
16 (水)	ごはん 豆腐チャンプルー 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・しめじ・ニラ・もやし・ごま油・酒・醤油・鶏ガラスープの素 キャベツ・人参・ひじき・醤油 卵・葱・えのき・味噌 オレンジ

★未満児は朝おやつ・昼おやつ、以上児は給食・昼おやつ時に牛乳を飲みます★

	献立名	材料名
17 (木)	ごはん 鶏肉の香味焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・葱・生姜・にんにく・醤油・酢・砂糖・ごま油 ほうれん草・切干大根・ツナ・醤油 大根・ちくわ・わかめ・味噌 バナナ
18 (金)	ごはん れんこんのつくね焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏挽肉・れんこん・玉葱・干し椎茸・ひじき・パン粉・卵・砂糖・醤油・生姜・酒・塩・こしょう 大根・人参・すりごま・ひじき・醤油 しめじ・油揚げ・葱・味噌 オレンジ
19 (土)	焼きうどん わかめスープ バナナ	うどん・豚肉・人参・玉葱・キャベツ・もやし・焼そばソース わかめ・しめじ・もやし・鶏がらスープの素 バナナ
21 (月)	ごはん 筑前煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・れんこん・大根・人参・里芋・干しいたけ・砂糖・醤油・みりん・酒 小松菜・もやし・すりごま・醤油 油揚げ・人参・葱・味噌 オレンジ
22 (火)	ごはん クリスピーフィッシュ サラダ スープ 柿	米 かわい・カレー粉・マヨネーズ・コンソメ・塩・コーンフレーク ブロッコリー・ひじき・酢・砂糖・薄口 人参・玉葱・マカロニ・コンソメ 柿
23 (水)	ごはん 中華風ミートローフ ナムル スープ バナナ	米 豚挽き肉・玉葱・人参・干し椎茸・酒・卵・パン粉・塩・こしょう・オイスターソース きゅうり・人参・もやし・酢・砂糖・薄口・もみのり・ごま油 大根・玉葱・わかめ・中華だし バナナ
24 (木)	ごはん 豚玉煮 塩っぺ和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・玉葱・人参・しめじ・卵・葱・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油 キャベツ・もやし・塩っぺ じゃが芋・厚揚げ・麩・味噌 オレンジ
25 (金)	ハヤシライス ゆで卵 バナナ	米・豚肉・人参・玉葱・エリンギ・じゃが芋・ハヤシルウ 卵・塩 バナナ
26 (土)	すき焼き丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・人参・玉葱・糸こんにゃく・豆腐・葱・酒・みりん・砂糖・薄口醤油・醤油 卵・もやし・わかめ・味噌 オレンジ
28 (月)	ごはん がんもどき 和え物 味噌汁 バナナ	米 豆腐・卵・長芋・鶏挽肉・葱・ひじき・醤油・塩・薄口・片栗粉・油 ほうれん草・人参・すりごま・醤油 わかめ・大根・もやし・味噌 バナナ
29 (火)	ごはん 豚肉のマヨポン炒め もみのり和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・キャベツ・しめじ・玉葱・油・酒・醤油・マヨネーズ・ポン酢 人参・白菜・もみのり・醤油 豆腐・葱・じゃが芋・味噌 オレンジ
30 (水)	ごはん 魚のねぎ塩焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 ぶり・葱・塩・酒・レモン汁 白菜・人参・ひじき・ごま・マヨネーズ・醤油 大根・油揚げ・葱・味噌 バナナ
31 (木)	ごはん 手羽元のマーマレード煮 ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏手羽元・みりん・醤油・マーマレード・油 ほうれん草・人参・すりごま・醤油 じゃがいも・玉葱・しめじ・味噌 オレンジ

天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承下さい