



10月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

| | 献立名 | 材料名 | 朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児) |
|-----------|---|---|--|
| 1 (火) | 親子丼 ゆかり和え 味噌汁 オレンジ | 米・鶏肉・卵・玉葱・人参・椎茸・みつば・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油 ちくわ・キャベツ・大根・ゆかり 油揚げ・しらたき・もやし・葱・味噌 オレンジ | チーズ ホットビスケット (小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・生クリーム) |
| 2 (水) | ごはん さけのバター醤油焼き 納豆和え 味噌汁 バナナ | 米 さけ・酒・みりん・砂糖・醤油・バター キャベツ・切干大根・人参・かつお節・納豆・醤油 玉葱・さつまいも・肉団子・葱・味噌 バナナ | ブルー みたらし団子 (白玉団子の粉・絹ごし豆腐・砂糖・醤油・みりん・片栗粉) |
| 3 (木) | ごはん 中華チキン 中華炒め スープ オレンジ | 米 鶏肉・おろし生姜・おろしにんにく・ごま・みりん・酒・醤油・ごま油・玉葱 青梗菜・人参・ベーコン・醤油・ごま油 わかめ・コーン・もやし・鶏から オレンジ | スティックビスケット マフィン (小麦粉・BP・無塩バター・グラニュー糖・卵) |
| 4 (金) | 肉味噌スパゲティー コロコロサラダ ウインナー りんご | スパゲティー・豚挽肉・玉葱・人参・キャベツ・しそ・砂糖・みりん・味噌・醤油・片栗粉・油 大根・きゅうり・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 ウインナー りんご | たまごボーロ ツナしそおにぎり (米・ツナ・しそ・ごま・醤油・砂糖・みりん) |
| 5 (土) | 豚しぐれごはん 和え物 味噌汁 オレンジ | 米・豚挽肉・もみのり・葱・砂糖・醤油・おろし生姜 キャベツ・切干大根・ひじき・かつお節・醤油・砂糖 油揚げ・白菜・人参・みつば・味噌 オレンジ | ごまポッキー おやつ |
| 7 (月) | カレーピラフ 野菜オムレツ きのこソテー スープ オレンジ | 米・ミックスベジタブル・ツナ・カレー粉・コンソメ・塩 卵・マヨネーズ・牛乳・塩・玉葱・ほうれん草・ピザチーズ・ケチャップ 舞茸・エリンギ・豚挽肉・バター・塩・こしょう・醤油 玉葱・キャベツ・ウインナー・コンソメ・パセリ オレンジ | スティックビスケット マシュマロサンド (リッツ・マシュマロ) |
| 8 (火) | ごはん 揚げ出し豆腐 ツナ和え 豚汁 りんご | 米 豆腐・片栗粉・揚げ油・塩昆布・みりん・酒・薄口醤油・片栗粉 ほうれん草・もやし・きゅうり・醤油・砂糖・ツナ 豚肉・大根・人参・ごぼう・葱・味噌・油 りんご | ブルー バナナきな粉 (バナナ・きな粉・砂糖・塩) |
| 9 (水) | ごはん しそチーズバーグ きんぴらごぼう 味噌汁 バナナ | 米 豚挽肉・おから・玉葱・しそ・塩・パン粉・調製豆乳・ピザチーズ・砂糖・酒・醤油・片栗粉 ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま わかめ・なめこ・豆腐・味噌 バナナ | スティックビスケット 黒糖蒸しパン (ホットケーキ粉・牛乳・黒糖) |
| 10 (木) | ごはん 鶏塩ホイコーロー おかか和え 味噌汁 オレンジ | 米 鶏肉・キャベツ・玉葱・葱・おろしにんにく・塩・こしょう・ごま油 きゅうり・大根・もやし・ハム・かつお節・醤油 厚揚げ・しめじ・人参・葱・味噌 オレンジ | ごまポッキー スイートポテト (さつまいも・バター・牛乳・砂糖) |
| 11 (金) | ★誕生会 きのこごはん さけの照り焼き 味噌切り干し すまし汁 柿 | 米・しめじ・えのき・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油 さけ・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 切干大根・油揚げ・人参・醤油・味噌・砂糖・みりん 花麩・まり麩・大根・玉葱・みつば・塩・薄口醤油 柿 | たまごボーロ チーズケーキ (クリームチーズ・砂糖・卵・小麦粉・生クリーム・レモン果汁) |
| 12 (土) | 塩ラーメン サラダ オレンジ | 中華麺・豚肉・キャベツ・白葱・しそ・コーン・もやし・酒・鶏がら・ごま油 キャベツ・きゅうり・レタス・もみのり・醤油・ごま・ごま油 オレンジ | スティックビスケット おやつ |
| 14 (月) | スポーツの日(祝日休園) | | |
| 15 (火) | ごはん 鶏の照り焼き かぼちゃの煮物 味噌汁 梨 | 米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・おろし生姜 かぼちゃ・人参・しめじ・醤油・みりん・砂糖 卵・キャベツ・大根・みつば・味噌・ごま油 梨 | ブルー のりせんべい (ぎょうざの皮・かつお節・焼きのり・コーン・マヨネーズ・醤油) |
| 16 (水) | ごはん さばの竜田揚げ なめたけ和え 味噌汁 バナナ | 米 さば・おろし生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 白菜・切干大根・もやし・なめたけ・醤油 椎茸・人参・玉葱・葱・味噌 バナナ | たまごボーロ メロンパントースト (食パン・グラニュー糖・無塩バター・ホットケーキ粉・牛乳) |
| 17 (木) | ごはん 肉豆腐 梅和え 味噌汁 オレンジ | 米 豚肉・豆腐・しらたき・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒・油 キャベツ・もやし・切干大根・かつお節・梅干し・砂糖・醤油 ごぼう・玉葱・えのき・みつば・味噌 オレンジ | チーズ ボーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖) |

| | 献立名 | 材料名 | 朝おやつ (未満児のみ) 午後おやつ (未満児・以上児) |
|-----------|--|--|--|
| 18 (金) |  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。 | | スティックビスケット パイ (パイシート・グラニュー糖) |
| 19 (土) | 豚そぼろ丼 味噌汁 オレンジ | 米・豚挽肉・グリーンピース・玉葱・椎茸・醤油・みりん・酒・砂糖・薄口醤油・片栗粉・油 人参・もやし・切干大根・葱・味噌 オレンジ | ごまポッキー おやつ |
| 21 (月) | ごはん 和風ミートローフ 煮浸し 味噌汁 オレンジ | 米 豚挽肉・玉葱・人参・干し椎茸・卵・酒・醤油・塩・こしょう・パン粉 小松菜・しめじ・油揚げ・切干大根・酒・みりん・醤油・砂糖 キャベツ・しらたき・玉葱・みつば・味噌 オレンジ | たまごボーロ スイートボール (さつまいも・キャンディーチーズ・小麦粉・砂糖・揚げ油)  |
| 22 (火) | ごはん 筑前煮 もみのり和え 味噌汁 バナナ | 米 鶏肉・大豆・人参・ごぼう・干し椎茸・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油 キャベツ・きゅうり・もやし・もみのり・醤油 白菜・大根・わかめ・味噌 バナナ | スティックビスケット 塩焼きそば (焼きそば麺・豚肉・玉葱・もやし・人参・青梗菜・塩・こしょう・薄口醤油・中華だし・ごま油) |
| 23 (水) | ごはん さばの西京焼き ひじきの煮物 すまし汁 柿 | 米 さば・味噌・砂糖・みりん・マヨネーズ ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 玉葱・かにかま・椎茸・みつば・塩・薄口醤油 柿 | プルーン 焼きりんご (りんご・無塩バター・グラニュー糖) |
| 24 (木) | ごはん レバーと鶏肉の甘辛揚げ 塩昆布和え 味噌汁 バナナ | 米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・揚げ油・砂糖・醤油・みりん・酒 キャベツ・切干大根・ちくわ・塩昆布 さつまいも・人参・もやし・葱・味噌 バナナ | チーズ ほろほろクッキー (小麦粉・コーンスターチ・砂糖・無塩バター・粉糖) |
| 25 (金) | ハヤシライス スティックサラダ チーズ りんご | 米・牛肉・人参・しめじ・玉葱・コーン・ハヤシルゥ・油 大根・きゅうり・かつお節・酢・砂糖・薄口醤油・油 スティックチーズ りんご | ごまポッキー オレンジゼリー |
| 26 (土) |  なかよし運動会  | | |
| 28 (月) | ごはん 豚肉の梅ソース炒め ごま和え 味噌汁 バナナ | 米 豚肉・青梗菜・玉葱・おろし生姜・梅干し・砂糖・醤油・油 大根・もやし・きゅうり・すりごま・醤油・砂糖 さつまいも・麩・しらたき・みつば・味噌 バナナ | プルーン もちもちきな粉パン (白玉団子の粉・きな粉・砂糖・油・牛乳) |
| 29 (火) | ごはん かれいのとろろ焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁 柿 | 米 かれい・長芋・マヨネーズ・醤油・酒 高野豆腐・干し椎茸・人参・みつば・玉葱・酒・みりん・砂糖・薄口醤油・塩 大根・人参・玉葱・葱・味噌・ごま油 柿 | チーズ チヂミ (豚肉・もやし・ニラ・塩・こしょう・ごま油・小麦粉・片栗粉・卵・醤油・酢・ごま) |
| 30 (水) | 豆乳かぼちゃパン さつまいもグラタン サラダ スープ オレンジ | 豆乳かぼちゃパン 鶏肉・さつまいも・玉葱・しめじ・コンソメ・パセリ・牛乳・小麦粉・バター・ピザチーズ・塩・こしょう キャベツ・ごぼう・切干大根・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 肉団子・しめじ・白菜・コンソメ オレンジ | スティックビスケット 梅昆布おにぎり (米・梅干し・塩昆布・かつお節) |
| 31 (木) | ごはん 鶏の塩から揚げ 酢の物 味噌汁 バナナ | 米 鶏肉・塩こうじ・醤油・砂糖・こしょう・おろし生姜・おろしんにく・片栗粉・揚げ油 きゅうり・大根・人参・ツナ・酢・砂糖・薄口醤油 なめこ・切干大根・わかめ・味噌 バナナ | たまごボーロ ようかん (こしあん・粉寒天・砂糖) |

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています。
※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。