

10月

献立表



敬親かもがた保育園

日曜	うめ組・もも組・ゆり組のおやつ	献立名	主要材料	3時のおやつ
1月	牛乳 菓子	ご飯 鶏肉と大豆の香り揚げ いんげんのごまよごし 麩の澄まし汁 梨	鶏肉 大豆 玉ねぎ いんげん 人参 しらたき 切干大根 ごま 麩 しめじ ねぎ	ミルク しっとりチーズケーキ
2火	牛乳 菓子	レーズンパン メルルーサのパン粉焼き さっぱりサラダ スープ パイン 牛乳(きく組～)	メルルーサ チーズ きゅうり 切干大根 もやし 人参 ハム えのき茸 玉ねぎ チンゲン菜	お茶 コーンラーメン
3水	牛乳 バナナ	鶏めし なめこのみそ汁 ヨーグルト	鶏肉 ほうれん草 人参 しらたき なめこ 切干大根 油揚げ ねぎ	ミルク たこ焼き
4木	牛乳 菓子	ご飯 鮭のムニエル ごぼうサラダ 野菜スープ オレンジ	鮭 ごぼう きゅうり 人参 切干大根 ハム コーン ごま 小松菜 玉ねぎ えのき茸	ミルク チョコっとフレンチ
5金	牛乳 菓子	ご飯 豆腐と豚肉の旨煮 里芋の澄まし汁 プリン	豆腐 豚肉 玉ねぎ しめじ ブロッコリー 人参 里芋 玉ねぎ わかめ 油揚げ	ミルク ロッククッキー
6土	牛乳 菓子	ビビンバ ワンタンスープ チーズ	合挽肉 ひじき キャベツ 人参 もやし ごま うずら卵 ワンタン 玉ねぎ 干し椎茸 ねぎ	牛乳 ゆべし
9火	牛乳 菓子	押し寿司 肉団子 豆腐の澄まし汁 みかん	鮭 人参 れんこん 干し椎茸 ごま 卵 いんげん 鶏挽肉 豆腐 ほうれん草 えのき茸	ミルク アップルトースト
10水	牛乳 菓子	ご飯 シュウマイ レバニラ炒め わかめスープ プリン	豚挽肉 玉ねぎ 豚レバー にはら 人参 もやし わかめ コーン 切干大根	ミルク チーズチヂミ
11木	牛乳 菓子	ロールパン タンドリーチキン サラダ キャベツスープ 梨 牛乳(きく組～)	鶏肉 じゃが芋 人参 きゅうり コーン チーズ ハム キャベツ 玉ねぎ しめじ グリンピース	お茶 いなりご飯
12金	牛乳 菓子	ご飯 さんまの蒲焼き かみかみ和え きこのみそ汁 チーズ	さんま(たら) 大根 きゅうり 人参 ささいか ごま しめじ えのき茸 玉ねぎ ねぎ	ミルク お芋のケーキ
13土	牛乳 菓子	スタミナ丼 かき玉スープ バナナ	牛肉 玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン もやし 切干大根 高野豆腐 にはら 卵	牛乳 田作り
15月	牛乳 菓子	ご飯 納豆味噌 さばの塩焼き キャベツとちくわの和え物 澄まし汁 ヨーグルト	納豆 合挽肉 ねぎ 玉ねぎ さば(鮭) キャベツ 人参 しらたき わかめ ちくわ さつま芋 しめじ	ミルク ひじきのボンボンドーナツ
16火	牛乳 菓子	コッペパン 豚肉のアップルソース じゃこサラダ スープ オレンジ 牛乳(きく組～)	豚肉 りんご キャベツ きゅうり 人参 しらす干し 大根 玉ねぎ グリンピース	お茶 ポパイスパゲティー
17水	牛乳 菓子	ご飯 鶏肉と根菜の酢豚風 春雨スープ バナナ	鶏肉 人参 玉ねぎ れんこん ブロッコリー コーン 切干大根 干し椎茸 春雨 チンゲン菜 ハム	ミルク スイートポテト
18木	牛乳 菓子	ご飯 さわらの西京焼き ひじき煮 かぼちゃのみそ汁ゼリー	さわら ひじき 人参 油揚げ こんにゃく 大豆 いんげん かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ 切干大根	ミルク レーズンメロンパン
19金	牛乳 菓子	お弁当の日		ミルク ワッフル
20土	牛乳 菓子	親子丼 きんぴら汁 チーズ	鶏肉 卵 切干大根 こんにゃく 干し椎茸 玉ねぎ 人参 ねぎ ごぼう 油揚げ いんげん	牛乳 麩のラスク
22月	牛乳 菓子	ご飯 エビフライ ポテトサラダ かぶのスープ バナナ	えび(鶏肉) 卵 じゃが芋 人参 きゅうり ハム レーズン かぶ 玉ねぎ コーン チンゲン菜	ミルク りんごケーキ
23火	牛乳 菓子	レーズンパン 鮭のタルタル焼き 大根サラダ カレースープ ゼリー 牛乳(きく組～)	鮭 大根 きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ 大豆 グリンピース	お茶 さつま芋ご飯
24水	牛乳 菓子	ご飯 回鍋肉 コーンスープ 梨	豚肉 人参 キャベツ ピーマン しめじ 切干大根 コーン 干し椎茸 卵 ねぎ	ミルク プチパイ
25木	牛乳 菓子	鶏そぼろ丼 わかめのみそ汁 チーズ	鶏挽肉 玉ねぎ キャベツ 人参 しらたき 切干大根 わかめ 玉ねぎ えのき茸	ミルク フルーツサンド
26金	牛乳 菓子	ご飯 たらの唐揚げ れんこんの梅マヨ和え 舞茸の澄まし汁 ヨーグルト	たら れんこん 小松菜 切干大根 舞茸 玉ねぎ 油揚げ ねぎ	ミルク ベーコンとコーンのマフィン
27土	牛乳 菓子	ロコモコ丼 大豆のスープ パイン	合挽肉 玉ねぎ キャベツ 水菜 人参 うずら卵 大豆 いんげん 切干大根	牛乳 じゃが芋のチーズ焼き
29月	牛乳 菓子	牛ごぼうおこわ ささ身のオランダ揚げ ひじきとほうれん草のお浸し りんごゼリー	牛肉 ごぼう 人参 しめじ グリンピース ささ身 卵 人参 玉ねぎ ほうれん草 ひじき キャベツ	カルピス 誕生日ケーキ
30火	牛乳 菓子	ご飯 プルコギ 中華スープ パイン	牛肉 玉ねぎ 人参 にはら もやし しらたき 干し椎茸 大根 わかめ コーン ごま	ミルク ピザトースト
31水	牛乳 みかん	ハロウィンカレー ブロッコリーサラダ ゼリー	豚挽肉 玉ねぎ 人参 セロリ ひじき グリンピース トマト ブロッコリー 切干大根 コーン ツナ	ミルク ハロウィンクッキー

献立は変更になる場合があります。