



10月献立表



※午前・午後のおやつの（）は卵・乳の含まれるおやつになります。

R 7. 9. 25

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 どうぶつ ビスケット	おはぎ
	さかなのこうそうあえ	しいら・しお・こしょう・しろワイン・かたくりこ・じゃがいも・あぶら・きピーマン・あかピーマン・ピーマン・バター・おろしにんにく・ローズマリー・しょうゆ・しお・こしょう		
	ミネストローネ	ベーコン・たまねぎ・にんじん・しめじ・パセリ・とりがら・ダイストマト・しょうゆ		
2 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 アンパンマン せんべい	ヨーグルト ケーキ (卵・乳)
	チキンピカタ	とりももにく・しお・かたくりこ・チーズパウダー・たまご・パセリ		
	そえやさい	ブロッコリー・マヨネーズ・しょうゆ		
3 (金)	キャベツのスープ	たまねぎ・にんじん・しいたけ・キャベツ・ねぎ・にぼし・しょうゆ	菓子類 ひとつ クッキー (卵・乳)	梨 ほしたべよ
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	あきやさいのにもの	とりにく・あつあげ・さといも・さつまいも・にんじん・ごぼう・れんこん・いとこんにやく・ほししいたけ・グリンピース・あぶら・さとう・しょうゆ・さけ・みりん		
4 (土)	こまつなのみぞしる	こまつな・あぶらあげ・えのきたけ・たまねぎ・みそ・にぼし	菓子類 おかき	ミニパン (卵・乳)
	おにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう		
	やきビーフン	ビーフン・ぶたロースにく・かまぼこ・たまねぎ・にんじん・ピーマン・あかピーマン・ほししいたけ・あぶら・カレーこ・しょうゆ・しお・こしょう・ごまあぶら		
6 (月)	ちゅうかスープ	チンゲンサイ・しめじ・たまねぎ・にんじん・しょうゆ・とりがら・ごまあぶら	菓子類 サラダ 一番	アップルケーキ (卵・乳)
	やきにくどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうロースにく・おろししょうが・おろしににく・あかピーマン・たまねぎ・キャベツ・もやし・たけのこみずい・しょうゆ・ごまあぶら・さとう・とうばんじゃん・しろごま・ぎゅうにゅう		
	はるさめスープ	わかめ・りょくとうはるさめ・にんじん・たまねぎ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
7 (火)	くだもの（みかん）	くだもの（みかん）	菓子類 クラッカー	ポテトもち (乳)
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	とうふのおとしあげ	とうふ・やまいも・ツナ・コーン・にんじん・たまご・かたくりこ・さけ・しお・あぶら		
8 (水)	ごまじゃこあえ	もやし・にんじん・きゅうり・しらすぼし・しろごま・さとう・しょうゆ	菓子類 ぱりんこ	グレープ ゼリー フィンガー ビスケット
	ふのすましじる	ふ・にんじん・ねぎ・しいたけ・しょうゆ・みりん・にぼし		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
9 (木)	とりにくのトマトに	とりももにく・ダイストマト・たまねぎ・あぶら・おろしににく・しお・こしょう・さとう・あかワイン・ケチャップ・パセリ	菓子類 ぱりんこ	りんご スティック チーズ (乳)
	マカロニサラダ	たまご・きゅうり・にんじん・マカロニ・マヨネーズ		
	わかめスープ	わかめ・もやし・たまねぎ・にんじん・しょうゆ・とりがら		
10 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスコ (乳)	スイートポテト
	れんこんハンバーグ	れんこん・たまねぎ・ぎゅうにゅう・パンこ・ぶたミンチ・かたくりこ・しお・あぶら・しょうゆ・さけ・だしじる（にぼし）・さとう・かたくりこ		
	ゆでやさい／プチトマト	キャベツ・きゅうり・しお/プチトマト		
14 (火)	オニオンスープ	たまねぎ・にんじん・ベーコン・パセリ・しょうゆ・にぼし	菓子類 アンパンマン せんべい	ピザトースト (乳)
	とりにくときのこのたき	こめ・とりにく・にんじん・まいたけ・ほししいたけ・あぶらあげ・だしじる（にぼし）・		
	こみごはん・牛乳	しょうゆ・みりん・さけ・きざみのり/ぎゅうにゅう		
15 (水)	さかなのコロコロあげ	しいら・しお・こしょう・おろししょうが・さけ・しょうゆ・かたくりこ・あぶら	菓子類 ひとくち クッキー (卵・乳)	とうふきなこ ドーナツ
	キャベツのあまずづけ	キャベツ・にんじん・しろごま・さとう・す・しお・レモンかじゅう		
	たまごスープ	たまご・たまねぎ・こまつな・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
16 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 しおせんべい	おこのみやき (卵)
	ビーフカレー	こめ・むぎ・ぎゅうロースにく・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・ピーマン・あぶら・カレーフレーク・おろしににく・りんご・しお・こしょう・ケチャップ・ウスターソース・デミグラスソース・とりがら		
	だいこんのごママヨサラダ	だいこん・きゅうり・コーン・にんじん・ロースハム・マヨネーズ (卵不使用) ・さとう・しょうゆ・しろごま		
17 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	バナナ	まきばの ヨーグルト (乳) ハッピーターン
	だいすとひじきのいりに	だいすみずい・ひじき・よりもにく・いとこんにやく・にんじん・いんげん・ほししいたけ・ごまあぶら・さとう・しょうゆ・さけ		
	さんしょくナムル	もやし・にんじん・ほうれんそう・さとう・す・しょうゆ・しろごま・ごまあぶら		
	なすとたまねぎのみぞしる	なす・たまねぎ・あぶらあげ・ねぎ・みそ・にぼし		

18 (土)	おにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	あられ りんご ジュース
	きつねうどん	うどん・とりももにく・ほししいたけ・にんじん・ねぎ・だしじる（にぼし）・しょうゆ・さけ・みりん・あぶらあげ・さとう・しょうゆ・みりん		
	きゅうりのこんぶあえ	きゅうり・キャベツ・しおこんぶ・しょうゆ		
20 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 スティック チーズ (乳)	オレンジ ゼリー サラダ一番
	すきやきに	ぎゅうロースにく・とうふ・しらたき・にんじん・しいたけ・はくさい・しらねぎ・あぶら・しょうゆ・ちゅうそうとう・みりん・さけ		
	ちくわのすのもの	ちくわ・きゅうり・わかめ・にんじん・しろごま・さとう・す・しょうゆ		
	みずなのみそしる	みずな・あぶらあげ・しめじ・ねぎ・みそ・にぼし		
21 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ほしたべよ	バナナ マフィン (卵・乳)
	コロッケ	ぎゅうミンチ・ぶたミンチ・じゃがいも・たまねぎ・あぶら・しお・こむぎこ・たまご・パンこ・あぶら・ケチャップ・ウスターーソース・さとう		
	プロッコリーのサラダ	プロッコリー・キャベツ・きゅうり・コーン・マヨネーズ・しお		
	チンゲンサイのスープ	チンゲンサイ・ペーコン・しめじ・たまねぎ・にんじん・しょうゆ・にぼし		
22 (水)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 どうぶつ ビスケット	パインかん あげせんべい
	さばのみそに	さば・みそ・さとう・さけ・みりん・おろししょうが		
	ほうれんそうのおかかあえ	ほうれんそう・キャベツ・にんじん・さとう・す・しょうゆ・かつおぶし		
	のっぺいじる	とうふ・あぶらあげ・さといも・にんじん・ごぼう・だいこん・ねぎ・にぼし・しょうゆ・さけ・かたくりこ		
23 (木)	べにしゃけなごはん・牛乳	こめ・べにしゃけなごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 ぱりんこ	とうにゅう むしパン (卵)
	ちゃんぽん	ちゅうかめん・ぶたロースにく・おろししょうが・しお・あぶら・ちくわ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・とりがら・とんこつ・しょうゆ・ごまあぶら		
	あげぎょうざ	キャベツ・ぶたにく・たまねぎ・ニラ・しょうゆ・さとう・かたくりこ・こむぎこ・しお		
	もやしのすじょうゆあえ	もやし・きゅうり・しょうゆ・す		
24 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー	チーズジャム サンド (乳)
	とりにくのみそやき	とりにく・さとう・みそ・しょうゆ・みりん・さけ・あぶら		
	きゅうりとツナのサラダ	きゅうり・ツナ・にんじん・す・あぶら・しょうゆ・さとう・しろごま		
	とうふのすまじる	とうふ・にんじん・しめじ・こまつな・にぼし・しょうゆ		
25 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	バナナ せんべい
	ぶたにくとはるさめの いたために	ぶたロースにく・りょくとうはるさめ・たまねぎ・あかビーマン・にら・しいたけ・おろししょうが・あぶら・さとう・しょうゆ・さけ・かたくりこ		
	きのこのみそしる	しめじ・あつあげ・にんじん・ねぎ・みそ・にぼし		
	デザート（みかんかん）	みかんかん		
27 (月)	ちゅうかどん・牛乳	こめ・むぎ・ぶたロースにく・かまぼこ・にんじん・たけのこみずに・はくさい・しいたけ・ねぎ・さとう・しょうゆ・ごまあぶら・とりがら・オイスターーソース/ぎゅうにゅう	菓子類 ギンビス ビスケット	いちごババロア (乳)
	たたききゅうり	きゅうり・ごまあぶら・おろししょうが・さとう・す・しょうゆ		
	もやしのスープ	わかめ・もやし・にんじん・たまねぎ・ニラ・しょうゆ・にぼし		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
28 (火)	こんぶに	ぶたロースにく・にんじん・きりぼしだいこん・あぶらあげ・ほししいたけ・いとこんにやく・いんげん・やさいこんぶ・さとう・しょうゆ・さけ・だしじる（にぼし）	菓子類 サラダ一番	いもショコラ (乳)
	こうみづけ	きゅうり・にんじん・す・しょうゆ・さとう・おろししょうが・ごまあぶら		
	かぼちゃのみそしる	かぼちゃ・たまねぎ・えのきたけ・ねぎ・みそ・にぼし		
	しょくパン・牛乳	しょくパン・ぎゅうにゅう		
29 (水)	きのこのシチュー	とりにく・しめじ・エリンギ・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・プロッコリー・あぶら・こむぎこ・バター・ぎゅうにゅう・とりがら・しお・こしょう・しろワイン・なまクリーム	菓子類 ベジたべる	しおこんぶ おにぎり コロコロ きゅうり
	サクサクサラダ	レタス・にんじん・きゅうり・ロースハム・たまご・あぶら・す・オリーブオイル・しょうゆ・たまねぎ・しろごま・りんご・コーンフレーク		
	いちごジャム	いちごジャム		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
30 (木)	あげざかなといものやさ いあんがらめ	しいら・しお・かたくりこ・さつまいも・あぶら・にんじん・グリンピース・コーン・さとう・しょうゆ	菓子類 アンパンマン せんべい	フルーツ とうにゅう ヨーグルト
	そえやさい	プロッコリー・マヨネーズ・しょうゆ		
	かきたまじる	えのきたけ・たまねぎ・ねぎ・たまご・しょうゆ・かたくりこ・にぼし		
	31 (金)	天神山まで歩こう (全園児お弁当の日)	菓子類 サッポロ ポテト	パンプキン マフィン (卵・乳)