



10月幼児食予定献立表



学校法人愛海学園

認定こども園 アリス幼稚園

令和 4 年10月献立

日曜日	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1 土	運動会				
3 月	麦ご飯 鶏と野菜の煮物 モズク酢(みかん) 豆腐の味噌汁 梨	チョコケーキ 牛乳	鶏もも肉 モズク 豆腐 茹で大豆 卵 牛乳	白米 押し麦 ココア バター ケーキミックス グラニュー糖	人参 冬瓜 インゲン みかん 缶 小松菜 梨
4 火	粟ご飯 茄子の挽き肉炒め ソーメン汁 バナナヨーグルト和え	アメリカンドック 牛乳	豚挽肉 ヨーグルト ウイナー 卵 牛乳	白米 粟 ソーメン ケーキミックス カレー粉 小麦粉 砂糖	茄子 人参 インゲン 小松菜 パナナ ネギ
5 水	お弁当会				
6 木	ゆかりご飯 鯖のカレー焼き 切干大根炒め ゆし豆腐 ぶどう	くずもち 牛乳	鮭 豚肉 蒲鉾 ゆし豆腐 きな粉 卵 牛乳	白米 カレー粉 コンニャク 芋くず 処オカ 黒糖	切干大根 椎茸 人参 ブロッコリー ネギ ぶどう
7 金	麦ご飯 ハニースパイシーチキン ほうれん草白和え 味噌汁 パイン	バナナケーキ 牛乳	鶏もも肉 ツナ缶 豆腐 わかめ 卵 牛乳	白米 押し麦 蜂蜜 バター カレー粉 ケーキミックス	大蒜 ほうれん草 人参 玉ねぎ ニラ パナナ パイン
8 土	チャーハン สปาサラダ ワカメスープ ネーブル	ちぢみ 牛乳	ベーコン 卵 わかめ シラス 牛乳	サラスパ 白米 上新粉 マヨネーズ 三温糖 ゴマ油	玉葱 人参 レタス かいわれ 胡瓜 コーン ニラ パナナ
11 火	五目ラーメン 胡瓜のおかかあえ プリン	いなり寿司 牛乳	豚バラ肉 鶏ガラ ツナ缶 牛乳	中華麺 いなり揚げ ゴマ油 白米 プリン	キャベツ モヤシ 人参 ニラ 胡瓜
12 水	お弁当会				
13 木	わかめご飯 きびなごのから揚げ クービーリチー 厚揚げの味噌汁 オレンジ	ちんぴん 牛乳	きびなご 刻み昆布 蒲鉾 ツナ缶 カニカマ 厚揚げ牛乳	白米 片栗粉 蒟蒻 黒糖 小麦粉	ブロッコリー 人参 ニラ 小松菜 ネギ オレンジ
14 金	麦ご飯 ひじきハンバーグ モヤシの和え物 コンソメスープ 梨	芋クジアンダギー 牛乳	豚挽肉 ヒジキ ツナ缶 ケチャップ 卵 牛乳	白米 押し麦 パン粉 コンソメ さつま芋 芋くず	人参 玉葱 モヤシ 胡瓜 コーン カイワレ ニラ 梨
15 土	そぼろかけご飯 土佐和え 味噌汁 パナ ナ	かき揚げ 牛乳	鶏挽肉 鯉節 わかめ 厚揚げ ツナ缶 卵 牛乳	白米 油 小麦粉 三温糖	ほうれん草 胡瓜 ネギ コーン 玉葱 人参 パナナ
17 月	ふりかけご飯 レバーの胡麻ソース和え ウイナー ビーンズサラダ 味噌汁 みかん	おからきな粉トナツ 牛乳	豚レバー ウイナー 大豆 おから 卵 きな粉 牛乳	白米 ふりかけ 油揚げ ソース ケーキミックス	生姜 大蒜 キャベツ 枝豆 キドニービーンズ プチトマト みかん
18 火	麦ご飯 チンジャオロース 味付け小魚 南瓜含め煮 冬瓜の味噌汁 林檎	ピーチマフィン 牛乳	牛肉 厚揚げ 味付け小魚 卵 牛乳	白米 押し麦 南瓜 オイスターソース	ピーマン 赤ピーマン モヤシ 冬瓜 ネギ 桃缶 林檎
19 水	お弁当会				
20 木	タコライス フルーツヨーグルト和え コンソメスープ	ジャムパン 牛乳	合挽肉 チェダーチーズ ヨーグルト和え 卵 牛乳	白米 食パン マーメイド コンソメ	玉葱 人参 ピーマン フルーツカクテル レタス トマト かいわれ
21 金	沖縄そば ほうれん草ツナ和え シークワーサーゼリー	昆布おにぎり 牛乳	三枚肉 塩昆布 丸蒲鉾 卵 ちくわ ツナ缶 牛乳	沖縄そば麺 三温糖 白米 ゴマ油	ほうれん草 ネギ シークワーサーゼリー
22 土	麦ご飯 肉野菜炒め 卵スープ ネーブル	スイートコーン 牛乳	豚肉 ウイナー 卵 きな粉 牛乳	白米 押し麦 うどん めんつゆ	玉葱 人参 キャベツ ニラ ネギ ネーブル カットコーン
24 月	チキンカレーライス ブロッコリーサラダ 葡萄・林檎ジュース	黒糖カステラ 牛乳	鶏肉 スキムミルク 卵 かつお削り 牛乳	じゃが芋 さつま芋 黒糖 カレー粉 ケーキミックス	しめじ キャベツ 玉葱 人参 ブロッコリー 葡萄・林檎ジュース
25 火	生姜焼き丼 菜の花和え物 豆腐の味噌汁 青切りみかん	さつま芋ハニバター 牛乳	豚肉 ツナ缶 豆腐 牛乳	白米 片栗粉 さつま芋 蜂蜜 マーガリン マヨネーズ	玉葱 人参 ブロッコリー 生姜 菜の花 青切りみかん
26 水	お弁当会				
27 木	きのこスパゲティ 粉ふき芋 チーズで鉄 コーンスープ オレンジ	きな粉ラスク 牛乳	豚挽肉 焼き海苔 きな粉 卵 牛乳	スパ麺 クリームコーン 食パン バター 三温糖	人参 玉ねぎ 生椎茸 しめじ ピーマン レタス トマト 胡瓜 オレンジ
28 金	麦ご飯 鯖のムニエル ひじき炒め ゆし豆腐 ぶどう	パースデーケーキ 牛乳	鯖 ヒジキ ちきあぎ ツナ缶 ゆし豆腐 牛乳	白米 押し麦 しらたき マーガリン パースデーケーキ	人参 ニラ ネギ 粒コーン ぶどう
29 土	ジュシー 胡瓜の和え物 鶏汁 パナナ	チーズサブレ 牛乳	ツナ缶 ヒジキ カニ棒 わかめ 鶏もも肉 牛乳	白米 コンニャク ケーキミックス バター 砂糖 粉チーズ	ニラ 人参 胡瓜 冬瓜 パナナ
31 月	粟ご飯 チキンマーメイド煮 マカロニサラダ 味噌汁 林檎	ハロウィンケーキ 牛乳	鶏もも肉 わかめ 卵 豆乳 牛乳	白米 粟 マーメイド マカロニ マヨネーズ ケーキミックス	ブロッコリー 胡瓜 林檎 かいわれ 南瓜 林檎

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 10月10日(月)はスポーツの日でお休みです。

