



10月幼児食予定献立表



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)
2月	麦ご飯 豚カツ ブロccoliのおかかサラダ アーサのすまし汁 オレンジ	ドラゴンフルーツアーサー 牛乳	豚肩ロース アーサ 卵 糸かつお 牛乳	白米 押し麦 パン粉 小麦粉 ケーキミックス マヨネーズ	胡瓜 林檎 冬瓜 ブロccoli ドラゴンフルーツ オレンジ
3火	麦ごはん 鶏肉ネギ南蛮 モズク酢 冬瓜の味噌汁 パナナ	チョコケーキ 牛乳	鶏もも肉 もずく 卵 ゆかりふりかけ 牛乳	白米 片栗粉 ケーキミックス ココア グラニュー糖	長ネギ 生姜 胡瓜 みかん缶 冬瓜ん しめじ 小松菜 パナナ
4水	お弁当会				
5木	ゆかりご飯 鯖香味焼き ひじき炒め ゆし豆腐 パイン	くずもち 牛乳	鯖 ヒジキ ちきあぎ ツナ缶 ゆし豆腐 卵 牛乳	白米 切りこんにゃく じゃが ゆかりふりか 芋くず 黒糖	人参 ニラ インゲン ねぎ ブチトマト 生姜 大根 パイン
6金	三枚肉そば インゲンの胡麻味噌和え プリン	じゃこひじきおにぎり 牛乳	三枚肉 丸蒲鉾 鶏ガラ じゃこ ヒジキ ツナ缶 ちくわ 卵 牛乳	沖縄そば麺 白米 すりごま 酢 味噌 みりん	いんげん 人参 ねぎ 生姜 プリン
7土	五目ごはん 胡瓜和え 大根汁 みかん	シュガートースト 牛乳	ツナ缶 油揚げ 豚肉 わかめ カニ棒	白米 板こんにゃく 食パン 三温糖 マーガリン	人参 牛蒡 椎茸 大根 胡瓜 ネギ オレンジ みかん缶
9月	体育の日				
10火	チキンから揚げ からし菜ちゃんぷるー かきたま汁 梨	アーサカステラ 牛乳	鶏もも肉 豚肉 島豆腐 アーサ わかめ 卵 牛乳	白米 粟 片栗粉 ケーキミックス 小麦粉 グラニュー糖	からし菜 人参 大根 玉ねぎ ニラ レタス 梨
11水	お弁当会				
12木	麦ご飯 魚の天ぷら 麩炒め パナナ フレンチサラダ わかめの味噌汁	大学芋 牛乳	キング 卵 ポーク缶 ツナ缶 卵 牛乳	白米 押し麦 さつま芋 薄力粉 片栗粉 麩 黒糖	キャベツ 人参 モヤシ ニラ トマト 胡瓜 ねぎ パナナ
13金	三食丼 マカロニサラダ じゃが芋の味噌汁 梨	アメリカンドッグ 牛乳	鶏ミンチ 炒り卵 ウィナー わかめ アメリカンドッグ 卵 牛乳	白米 マカロニ ケーキミックス じゃが芋 小麦粉 黒糖	玉葱 菜の花 人参 小松菜 胡瓜 林檎 梨
14土	チキンピラフ トマトサラダ 卵スープ オレンジ	ひらやーちー 牛乳	鶏もも肉 卵 わかめ ツナ缶 牛乳	白米 トマトケチャップ 薄力粉 味噌	玉葱 人参 大根 グリンピース トマト コーン 胡瓜 ニラ オレンジ
16月	きのこスパゲティ コーンスープ ほうれん草のサラダ 柿	フレンチトースト 牛乳	豚挽き肉 焼きのり シラス ヒジキ 卵 牛乳	スパ麺 ごま油 食パン マーガリン 片栗粉 ホターージュベ ー	人参 玉ねぎ しめじ 生シイタケ 青ピーマン ほうれん草 柿
17火	麦ご飯 豚肉生姜焼き バナナヨーグルト和え 豆腐の味噌汁	さつま芋蒸しカップケ ーキ 牛乳	豚肉 島豆腐 ヨーグルト わかめ 卵 牛乳	白米 押し麦 さつま芋 ケーキミックス 三温糖 蜂蜜	玉葱 人参 ブロccoli パナナ 小松菜 ネギ
18水	お弁当会				
19木	ふりかけご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜の含め煮 わかめスープ みかん	おからきな粉ドーナツ 牛乳	鮭 卵 わかめ おから きな粉 牛乳	白米 ふりかけ 三温糖 ケーキミックス 片栗粉 マヨネーズ	玉葱 キャベツ しめじ 南瓜 わかめ 大根 ネギ みかん
20金	粟ご飯 ポークケチャップ 厚揚げの味噌汁 キャベツの和え物 ぶどう	黒糖カステラ 牛乳	豚カタロース 厚揚げ おから きな 粉 卵 牛乳	白米 粟 ケーキミックス 白ごま ウスターソース ケチャップ	キャベツ 胡瓜 人参 玉ねぎ ピーマン かいわれ ぶどう
21土	チャーハン ブロccoliのソテー 味噌汁 パ ナナ	かきあげ 牛乳	ベーコン 油揚げ 卵 牛乳 ツナ缶	白米 薄力粉 味噌	玉葱 コーン ブロccoli 人参 エノキだけ 小松菜 パナナ
23月	タコライス 春雨スープ パイン	パースデーケーキ 牛乳	合挽肉 卵 牛乳 チェダーチーズ わかめ	白米 春雨 マキヴィオン パースデーケーキ	玉葱 人参 ピーマン レタス トマト ネギ パイン
24火	麦ご飯 チンジャオロース 胡瓜ちくわ 大根スープ 青切りみかん	チチヨチップスコーン 牛乳	豚肉 ちくわ ベーコン 卵 牛乳 コンソメ	白米 押し麦 片栗粉 マーガリン ケーキミックス チョコチップ	玉葱 筍 青ピーマン 赤ピー 黄ピーマン 大根 みかん
25水	お弁当会				
26木	わかめご飯 魚の甘酢あんかけ ツナサラダ ゆし豆腐 林檎	バナナ蒸しパン 牛乳	シーラ 糸かつお ゆし豆腐 豆乳 牛乳 卵 ツナ缶	白米 片栗粉 ごま油 わかめご飯の素 ケーキミックス	白菜 しめじ 玉ねぎ 人参 ねぎ レタス 胡瓜 コーン パナナ 林檎
27金	麦ご飯 チーズハンバーグ ポテトサラダ 茄子の味噌汁 ぶどう	ピーチマフィン 牛乳	合挽肉 チェダーチーズ バター わかめ 卵 牛乳	白米 押し麦 卵 チーズ わかめ 卵 牛乳	大根 玉ねぎ 人参 ジャガイモ コーン ナス ネギ ぶどう 桃缶
28土	ホワイトシチュー オープンオムレツ 胡瓜サラダ ネーブル	鮭おにぎり 牛乳	鶏肉 卵 牛乳 粉チーズ ツナ缶 鮭フレーク 牛乳	白米 じゃが芋 シチュール マーガリン ケチャップ	玉葱 人参 ピーマン 赤ピーマン コーン 胡瓜 ネーブル
30月	大根チキンカレー 春雨サラダ 蒲萄・林檎ジュース	芋天ぷら 牛乳	鶏肉 ツナ缶 カニ棒	白米 バター じゃがいも カレー さつま芋	大根 玉ねぎ 人参 胡瓜 コーン ブロccoli 蒲萄 林檎ジュース
31火	粟ご飯 麻婆豆腐 ほうれん草のサラダ ソーメン汁 パイン	ハロウィンケーキ 牛乳	豚挽肉 島豆腐 豆乳 卵 ツナ缶 牛乳	白米 粟 ソーメン ケーキミックス 小麦粉 マーガリン	人参 椎茸 玉ねぎ 大根 ニラ ほうれん草 コーン ピーマン パイン

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 10月9日は体育の日でお休みです。

