



10月

# こんだて表



平成30年10月

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	22	牛乳 パイン缶	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 香味漬け かきたま汁	魚一口大・塩・片栗粉・さつま芋・油・人参・グリーンピース・ホールコーン 胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・生姜汁・ごま油 砂糖・醤油・水 えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・片栗粉・煮干し	ごはん	牛乳 かぼちゃのパンケーキ <small>(小麦粉・B・P・南瓜・砂糖・卵・牛乳・バター)</small>
火	9 23	牛乳 チーズ	切り昆布煮 中華サラダ わかめの味噌汁/果物	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんいんげん・にゃく・切り昆布・砂糖 もやし・人参・胡瓜・ロースハム・砂糖・醤油・酢・ゴマ油 醤油・酒・だし汁 乾)わかめ・人参・豆腐・にら・味噌・煮干し / みかん	ごはん	牛乳 おやつパン
水	10 24	飲むヨーグルト	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ・添)トマト	白身魚一口大・むきえび・じゃが芋・玉葱・人参・グリーンピース・バター・小麦粉・牛乳 / 塩こしょう・鶏がらスープ レタス・胡瓜・人参・ロースハム・卵・油・酢・醤油・玉葱・りんご・ごま・コンブレク/トマト		牛乳 お芋ちゃん
木	11 25	牛乳 ビスコ	鶏肉の味噌焼き スパゲティツナサラダ・添え)レタス すまし汁	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油 サラスパ・ツナ缶・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・P レタス 人参・しめじ茸・乾)わかめ・小松菜・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 梨 かりんとう
金	26	牛乳 せんべい	魚のムニエル れんこんのカレーソテー 豚汁	魚切り身・塩・こしょう・白ワイン・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・醤油 れんこん・ベーコン・ホールコーン・ピーマン・油・カレー粉・醤油 豚肉・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・かぼちゃ・ごま油・豆腐・葱・味噌・煮干し うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・人参・生しいたけ・ねぎ・醤油・みりん・煮干し・だし汁 りんご	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
土	13	牛乳	きつねうどん 果物 きやべつの和え物	きやべつ・胡瓜・塩昆布		牛乳 スティックパン
月	1 15 29	牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え 白菜の味噌汁	茹で大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・干し椎茸・油 ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 砂糖・醤油・酒 白菜・厚揚げ(乾)若布・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 りんご ビスケット
火	2 16 30	飲むヨーグルト	鶏肉のトマト煮 マゼドアンサラダ 卵スープ	鶏肉・ホールトマト・玉葱・スパゲティ・油・にんにく・塩・こしょう・砂糖・ワイン・パセリ・醤油 胡瓜・じゃが芋・人参・パイン缶・マヨネーズ・ヨーグルト・塩・こしょう 卵・しめじ茸・生椎茸・青菜・卵・醤油・鶏がら	ごはん	お茶 焼きおにぎり <small>(米・醤油・かつお節)</small>
水	3 17 31	牛乳 せんべい	魚のきじ焼き ごぼうサラダ 豆腐の味噌汁 / 果物	魚切り身・生姜・ごま・葱・醤油・みりん・油 ごぼう・胡瓜・かにかま・人参・ホールコーン・味噌・マヨネーズ・レモン汁 豆腐・かぼちゃ(乾)若布・にら・味噌・煮干し / みかん	ごはん	牛乳・お菓子 アップルゼリー <small>(アップルジュース・アガー・砂糖)</small>
木	4 18	牛乳 バナナ	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	豚ミンチ・牛ミンチ・玉葱・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・こしょう・油 キャベツ・胡瓜・トマト ケチャップ・中濃ソース・砂糖 玉ねぎ・人参・ベーコン・カイワレ菜・醤油・塩・こしょう・鶏がら	ごはん	お茶 食べるヨーグルト クラッカー
金	5 19	牛乳 コーンフレーク	豆腐の落としあげ ごまじゃこ和え きやべつの味噌汁	豆腐・山芋・ツナ缶・ホールコーン・人参・卵・片栗粉・酒・塩・揚げ油 もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・砂糖・醤油・ごま きやべつ・玉葱・エノキ茸・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 マカロニのあべかわ <small>(マカロニ・黄粉・砂糖・塩)</small>
土	6 20	牛乳	豚肉と春雨の炒め煮 大根の味噌汁 果物	豚肉・春雨・玉葱・赤ピーマン・にら・生椎茸・生姜・油・砂糖・醤油・酒・水・片栗粉・ゴマ油 大根・油揚げ(乾)わかめ・味噌・煮干し オレンジ	ごはん	牛乳 ミニパン
誕生会 (金)	12	牛乳 せんべい	カレーピラフ 鶏肉のさっぱり煮 春雨サラダ きのこスープ 果物	ベーコン・ミックスベジタブル・玉葱・シーフード・バター・コンソメ・カレー粉・塩 チキンスティック・砂糖・醤油・酢・ケチャップ / 春雨・ロースハム・胡瓜・人参・砂糖 しめじ・えのき茸・卵・葱・コンソメ・片栗粉・醤油 / 巨峰 / 醤油・酢	ごはん	お茶 カップヨーグルト ビスケット

おひざせ

\* 行事等により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。