



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・玉葱・葱・卵・醤油・煮干し	ごはん	牛乳・南瓜のパンケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー ・南瓜・砂糖・卵・牛乳・バター)
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・冷いんげん・糸こんにゃく・切り昆布・砂糖 もやし・人参・胡瓜・ロースハム・砂糖・醤油・酢・ごま油 醤油・酒・だし汁 乾)若布・人参・豆腐・にら・味噌・煮干し / みかん	ごはん	牛乳・フレンチトースト (食パン・卵・牛乳 ・砂糖・バター)
水	10 24	プレーン ヨーグルト	えび入りクリームシチュー 添え野菜 サクサクサラダ	白身魚・むきえび・じゃが芋・玉葱・人参・グリンピース・バター・小麦粉・牛乳 トマト / 塩こしょう・鶏がら レタス・胡瓜・人参・ロースハム・卵・油・酢・醤油・玉葱・りんご・ごま・コーンフレーク	ひよこ〜くま ロールパン きりん〜ごはん	牛乳 お芋ちゃん(芋・上新粉・油) 芋シヨラ(生クリーム・ココア・黄粉)
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・添え野菜 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・塩こしょう・サラダ菜 人参・しめじ茸・乾)若布・小松菜・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 梨 かりんとう
金	12 26	牛乳 おかき	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・糸こんにゃく・南瓜・ごま油・豆腐・葱・味噌・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
土	27	牛乳 サブレ	きつねうどん 果物 きゃべつの和え物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・人参・小松菜・生椎茸・葱・醤油・ りんご / みりん・煮干し・だし汁 きゃべつ・胡瓜・塩昆布		牛乳 ステックパン
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・冷いんげん・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 マセドアンサラダ 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・醤油・鶏がら	ごはん	お茶 焼きおにぎり (米・醤油・みりん・かつお節)
水	3 17 31	牛乳 えびせん	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・南瓜・乾)若布・にら・味噌・煮干し / みかん	ごはん	牛乳・せんべい アップルゼリー (りんごジュース・アガー・砂糖)
木	4 18	牛乳 バナナ	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	合挽ミンチ・玉葱・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・こしょう・油 きゃべつ・胡瓜・トマト / ケチャップ・中濃ソース・砂糖 玉葱・人参・ベーコン・カイワレ菜・醤油・塩・鶏がら	ごはん	お茶 食べるヨーグルト クラッカー
金	5	牛乳 コーンフレーク	豆腐の落としあげ ごまじこ和え きゃべつの味噌汁	豆腐・山芋・ツナ缶・ホールコーン・人参・卵・片栗粉・酒・塩・油 もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・砂糖・醤油・ごま きゃべつ・玉葱・えのき茸・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 マカロニのあべかわ (マカロニ・黄粉・砂糖・塩)
土	6 20	牛乳 クッキー	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 大根・油揚げ・乾)若布・味噌・煮干し / 酒・水・片栗粉・ごま油 パイン缶	ごはん	牛乳 リングドーナッツ
誕生会	19	牛乳 コーンフレーク	シーフードピラフ 鶏肉のさっぱり煮 春雨サラダ きのこスープ 果物	えび・いか・ベーコン・ミックスベジタブル・玉葱・バター・コンソメ・塩・米 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・マヨネーズ・塩こしょう しめじ・えのき茸・卵・葱・煮干し・醤油 / ぶどう		牛乳 フルーツゼリー ウエハース



おひだせ

* 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。