



10月こんだてひょう



曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	1	牛乳	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮	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		牛乳 梨 かりんとう
	15	ビスコ	香味漬け	胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・生姜汁・ごま油 砂糖・醤油・水		
	29		かきたま汁	えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・片栗粉・煮干し		
火	2	牛乳	切り昆布煮	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・切り昆布・砂糖		牛乳 おやつパン クロワッサン
	16	チーズ	中華サラダ	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		
水	3		わかめの味噌汁/果物	乾)わかめ・人参・豆腐・にら・味噌・煮干し / みかん		牛乳・芋ショコラ (さつま芋・生クリーム・砂糖 ・バニラエッセンス・ミルクココア)
	31	ヨーグルト	えび入りクリームシチュー	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		
木	4	牛乳	サクサクサラダ・(添)トマト	レタス・胡瓜・人参・ロースハム・卵・油・酢・醤油・玉葱・りんご・ごま・コンフレック/トマト		牛乳 かぼちゃのパンケーキ (小麦粉・かぼちゃ・砂糖・卵・牛乳・バター)
	18	パン缶	豆腐の落としあげ	豆腐・山芋・ツナ缶・ホールコーン・人参・卵・片栗粉・酒・塩・揚げ油		
金	5	牛乳	ごまじゃこ和え	もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・砂糖・醤油・ごま		飲むヨーグルト バナナ
	19	おかき	きゃべつの味噌汁	きゃべつ・玉葱・エノキ茸・葱・味噌・煮干し		
土	20	牛乳	魚のムニエル	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		スティックパン
		クラッカー	れんこんのカレーソーテー	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		
月	22	牛乳	豚汁	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		りんご ビスケット
		卵ボーロ	きつねうどん	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		
火	9	牛乳	果物	りんご		食べるヨーグルト クラッカー
	23	コーンフレーク	きゃべつの和え物	きゃべつ・胡瓜・塩昆布		
水	10	牛乳	鶏肉のトマト煮	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		牛乳 アップルゼリー (アップルジュース・アガー・砂糖)
	24	せんべい	マセドアンサラダ	胡瓜・じゃが芋・人参・パン缶・マヨネーズ・ヨーグルト・塩・こしょう		
木	11	牛乳	卵スープ	卵・しめじ茸・生椎茸・青菜・醤油・煮干し		お茶 焼きおにぎり (米・醤油・かつお節)
	25	バナナ	大豆とひじきの炒り煮	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		
金	12	牛乳	三色和え	ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油		牛乳 マカロニのあべかわ (マカロニ・黄粉・砂糖・塩)
	26	ヨーグルト	白菜の味噌汁	白菜・厚揚げ(乾)若布・味噌・煮干し		
土	13	牛乳	魚のきじ焼き	魚切り身・生姜・ごま・葱・醤油・みりん・油		牛乳 ドーナツ
	27	ビスケット	ごぼうサラダ	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		
誕生会	17	牛乳	豆腐の味噌汁 / 果物	豆腐・かぼちゃ(乾)若布・にら・味噌・煮干し / みかん		牛乳 ババロアシュークリーム
		せんべい	ハンバーグ	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		
			添え野菜/果物	キャベツ・胡瓜・トマト / 桃缶 / ケチャップ・中濃ソース・砂糖		
			オニオンスープ	玉ねぎ・人参・ベーコン・カイワレ菜・醤油・塩・こしょう・鶏がらスープ		
			鶏肉の味噌焼き	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油		
			スパゲティツナサラダ・(添え)サラダ菜	サラスパ・ツナ缶・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・P / サラダ菜		
			すまし汁	人参・しめじ茸(乾)わかめ・小松菜・葱・醤油・煮干し		
			豚肉と春雨の炒め煮	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		
			大根の味噌汁	大根・油揚げ(乾)わかめ・味噌・煮干し		
			果物	オレンジ		
			カレーピラフ	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		
			鶏肉のさっぱり煮 春雨サラダ	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		
			きのこスープ 果物	しめじ・えのき茸・卵・葱・コンソメ・片栗粉・醤油 / 巨峰 / 醤油・酢		

おひらき

* 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。