



10月こんだてひょう



平成28年10月 南加納 保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	24	牛乳 おかき	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 胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・生姜汁・ごま油 えのき・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 (小麦粉・砂糖・卵・牛乳・バター・カボチャ)
火	11	牛乳 チーズ	切り昆布煮 ごまじゃこ和え わかめの味噌汁	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんにゃく・切り昆布・いんげん・砂糖 もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 若芽・人参・豆腐・ニラ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 りんご ビスケット
	25			(25日は遠足です。)		
水	12 26	牛乳 みかん缶	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ 添え)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・シチューの素 レタス・人参・ロースハム・卵・油・酢・油・醤油 / 鶏がらスープ トマト 玉葱・りんご・ごま・コンブレク	ごはん	お茶 焼きおにぎり (米・醤油・かつお節)
木	13 27	牛乳 ビスコ	鶏肉の味噌焼き スパゲティサラダ・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 人参・乾)若布・しめじ・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 梨 かりんとう
金	14 28	飲むヨーグルト	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・ごま油・豆腐・葱・味噌	ごはん	牛乳 フレンチトースト
土	1 15 29	牛乳 菓子	肉うどん 果物 キャベツの和え物	牛肉・砂糖・醤油・酒・人参・シイタケ・ねぎ・醤油・みりん・煮干し みかん缶 / うどん キャベツ・胡瓜・塩昆布		牛乳 スティックパン
月	3 17 31	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 白菜・厚揚げ・乾)若布・味噌・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ 菓子
火	18	牛乳 コーンフレーク	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・砂糖・ワイン・パセリ 胡瓜・じゃが芋・人参・パイン缶・マヨネーズ・塩・こしょう しめじ・生椎茸・ほうれん草・卵・醤油・鶏がらスープ	ごはん	牛乳 芋ショコラ (さつま芋・生クリーム・ココア・砂糖)
水	5 19	牛乳 せんべい	魚のきじ焼き ごぼうサラダ 豆腐の味噌汁 みかん	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・もやし・乾)若布・ニラ・味噌・煮干し みかん	ごはん	牛乳 アップルゼリー (アップルジュース・アガー・砂糖)
木	6 20	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・鶏がらスープ	ごはん	お茶 ヨーグルト クラッカー
金	7 21	飲むヨーグルト	豆腐の落としあげ 中華サラダ・添え)レタス キャベツの味噌汁	豆腐・山芋・ツナ缶・人参・卵・片栗粉・酒・塩・揚げ油 もやし・人参・胡瓜・ロースハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 キャベツ・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 (マカロニ・黄粉・砂糖・塩)
土	8 22	牛乳 菓子	豚肉と春雨の炒め煮 大根の味噌汁 果物	豚ひき肉・春雨・玉葱・赤ピーマン・にら・生椎茸・生姜・油・砂糖・醤油・酒 大根・油揚げ・わかめ・味噌・煮干し バナナ	ごはん	牛乳 ミニアンパン
誕生会	4	牛乳 せんべい	カレーピラフ 手羽元のさっぱり煮 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 手羽元・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	牛乳 シュークリーム

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。

以上児さん・・・お弁当のお友達は、4日(誕生会)・8(土)・22(土)にお米(50g)お願いします。