



# 10がつ こんだてひょう



南加納保育園 令和4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	24	牛乳 棒チーズ	昆布煮 おくらの和え物 チンゲン菜のみそ汁	豚肉・人参・干切り大根・油揚げ・干椎茸・こんにやく・いんげん・切昆布 おくら・ひきわり納豆・人参・かつお節・醤油 / 砂糖・醤油・酒・だし汁 チンゲン菜・南瓜・しめじ茸・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 お芋ちゃん さつま芋・上新粉・塩・砂糖・油
火	11 25	お茶 プレーン ヨーグルト	魚のカレームニエル 小松菜とコーンのソテー 豚汁	魚切り身・塩・白ワイン・小麦粉・カレー粉・バター・油 小松菜・人参・もやし・コーン缶・油・醤油・塩 豚肉・大根・人参・ごぼう・こんにやく・里いも・豆腐・葱・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 りんご せんべい
水	12 26	牛乳 ビスコ	えび入りクリームシチュー  サクサクサラダ	鶏肉・むきえび・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・バター・小麦粉 ・牛乳・塩・鶏がら レタス・人参・胡瓜・ハム・卵・油・酢・油・醤油・玉ねぎ・ごま・コーンフレーク	ロールパン	お茶・おにぎり 米・塩昆布・ごま 棒チーズ
木	27	牛乳 丸ぼうろ	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 ほうれん草のおかか和え 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・コーン缶 ほうれん草・人参・かつお節・醤油 / 砂糖・醤油・水 えのき茸・玉ねぎ・葱・卵・醤油・煮干し・片栗粉	ご飯	牛乳 梨 かりんとう
金	14 28	牛乳 バナナ	鶏のみそ焼き・添え野菜 スパゲティサラダ すまし汁	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油・ごま/トマト・ブロッコリー サラサパ・ツナ缶・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩 人参・しめじ茸・(乾)若布・小松菜・醤油・煮干し	ご飯	牛乳・チーズおやき 小麦粉・ベーキングパウダー・卵 砂糖・牛乳・クリームコーン・チーズ・油
土	1 15 29	牛乳 卵ボーロ	きつねうどん  きゃべつの和え物・果物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁・小松菜・人参 ・生椎茸・葱・醤油・みりん・煮干し きゃべつ・胡瓜・塩昆布 / パイン缶		牛乳 カステラ
月	3 17 31	牛乳 サブレ	魚の照り焼き・果物 ごぼうサラダ きゃべつのみそ汁	魚切り身・生姜・砂糖・醤油・みりん・油/オレンジ ごぼう・胡瓜・かにかま・人参・コーン缶・味噌・マヨネーズ・レモン汁・ごま きゃべつ・玉ねぎ・えのき茸・葱・味噌・煮干し	ご飯	牛乳・ポテトもち じゃが芋・片栗粉・油 バター・醤油
火	4 18	飲むヨーグルト	豆腐の落とし揚げ ごまじゃこ和え お麩のすまし汁	豆腐・山芋・ツナ缶・コーン缶・人参・卵・片栗粉・酒・塩・油 もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 麩・人参・葱・生椎茸・醤油・みりん・塩・煮干し	ご飯	牛乳 柿 ビスケット
水	5 19	牛乳 コーンフレーク	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ コーンスープ	鶏肉・カットトマト・玉ねぎ・スパゲティ・油・にんにく・塩・砂糖・ワイン 胡瓜・じゃが芋・人参・パイン缶・マヨネーズ・ヨーグルト・塩 / パセリ・醤油 コーン缶・クリームコーン缶・玉ねぎ・バター・人参・豆乳・パセリ・塩・鶏がら	ロールパン	牛乳・クラッカー グレープゼリー ぶどうジュース・アガー・砂糖
木	6 20	牛乳 せんべい	大豆とひじきの煎り煮 三色和え おくらのみそ汁	水煮大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにやく・人参・いんげん・干椎茸 ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 / 油・砂糖・醤油・酒 おくら・玉ねぎ・えのき茸・油揚げ・味噌・煮干し	ご飯	お茶 フルーツヨーグルト ヨーグルト・フルーツミックス缶
金	7 21	牛乳 パイン缶	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	合いびきミンチ・玉ねぎ・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・油 きゃべつ・胡瓜・トマト / ケチャップ・ソース・砂糖 玉ねぎ・人参・ベーコン・貝割れ菜・醤油・塩・鶏がら	ご飯	牛乳・ピーチケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー ・スキムミルク・バター・砂糖・卵・桃缶
土	8 22	牛乳 クッキー	豚肉と春雨の炒り煮  茄子のみそ汁・果物	豚肉・春雨・玉ねぎ・赤ピーマン・にら・生椎茸・生姜・油 ・砂糖・醤油・酒・片栗粉・ごま油 茄子・しめじ茸・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し / バナナ	ご飯	牛乳 ミルク風味ロールパン
誕生会	13 木	牛乳 丸ぼうろ	カレーライス 鶏の竜田揚げ・フライドポテト ツナコーンサラダ・果物	豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ブロッコリー・にんにく・りんご・カレールウ 鶏肉・塩・こしょう・酒・醤油・油・片栗粉 / (冷)ポテト・塩 きゃべつ・ツナ缶・コーン缶・人参・マヨネーズ・塩・こしょう/みかん		牛乳 プリン



都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。

