

2022年 10月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土
31					1
ごはん 精白米 秋鮭の南蛮漬け 鮭 玉ねぎ パプリカ 五目煮 大豆 ひよこ豆 人参 こんにゃく 昆布 かきたま汁 卵 絹豆腐 えのき みつば <hr/> ラスク 食パン 砂糖 バター					かやくうどん うどん 鶏肉 かまぼこ 白菜 人参 えのき 青ねぎ <hr/> フライドポテト じゃがいも 塩 <hr/> きなごまカロニ マカロニ きなこ 砂糖 塩
3	4	5	6	7	8
ごはん 精白米 おでん じゃがいも 大根 ウインナー 絹揚げ ちくわ えびだんごのすまし汁 えび 白身すり身 豆腐 白菜 えのき みつば 梨 <hr/> ハムマフィン ハム 小麦粉 BP 豆腐 砂糖 ケチャップ サラダ油	ごはん 精白米 いわしのかばやき いわし 生姜 高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 卵 玉ねぎ にゅうめん そうめん 白菜 生しいたけ 京揚げ チョコバナナ バナナ チョコレート <hr/> にんじんクッキー 人参 ホットケーキミックス バター	ごはん 精白米 ささみのみそカツ ささみ 八丁味噌 きんぴら 人参 糸こんにゃく ましたけ ごま 汁麩のすまし汁 汁麩 生わかめ 京揚げ ほうれん草 <hr/> ココアマフィン ココア 小麦粉 BP 牛乳 卵 砂糖 バター 生クリーム	きのこカレー 精白米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 エリンギ しめじ コールスロー キャベツ ブロッコリー コーン ごまドレ フルーツポンチ 黄桃缶 マスカット 甘納豆 牛乳寒天 <hr/> ホットケーキ ジャム ホットケーキミックス 卵 牛乳	ごはん 精白米 天ぷら えび 玉ねぎ 卵 さつまいも かぼちゃ ほうれん草のごま和え ほうれん草 ごま もやし 白菜のみそ汁 白菜 京揚げ 豆腐	木の葉丼 かまぼこ 玉ねぎ 青ねぎ 卵 京揚げ えのき 大根甘酢漬け 大根 ほうれん草のみそ汁 ほうれん草 豆腐 えのき
10	11	12	13	14	15
スポ ー ツ の 日	ごはん 精白米 さわらの照り焼き さわら 生姜 <hr/> ポテトサラダ じゃがいも きゅうり 人参 マヨドレ きしめん汁 きしめん 京揚げ えのき 小松菜 大学芋 さつまいも 砂糖 醤油	いなり寿司 精白米 すしあげ ひじき ごま 人参 白菜の塩麹漬け 白菜 塩麹 フルーツヨーグルト ヨーグルト 脱脂粉乳 バナナ 黄桃缶 カニカマのすまし汁 カニカマ ほうれん草 えのき <hr/> パンプキンケーキ かぼちゃ 小麦粉 BP 牛乳 砂糖 卵 バター	さつまいもごはん 精白米 さつまいも 黒ごま さんまの塩焼き 大根おろし さんま 大根 キャベツのじゃこ煮 キャベツ 人参 ちりめん かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ ほうれん草 京揚げ <hr/> みたらしだんご 上新粉 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉	ロールパン <hr/> クリームシチュー 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 牛乳 <hr/> きゅうりのピクルス漬け きゅうり パプリカ カルピスゼリー カルピス 寒天 <hr/> 三色おにぎり 精白米 ふりかけ 味付のり 花かつお	お 弁 当 日
17	18	19	20	21	22
秋サバのちらし寿司 精白米 鯖 しば漬け ごま きゅうり もみのり 卵 <hr/> ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 花かつお <hr/> のっぺい汁 大根 里芋 人参 青ねぎ こんにゃく 京揚げ <hr/> マドレーヌ 小麦粉 バター 卵 砂糖 コーンスターチ	秋色ごはん 精白米 鶏肉 えのき しめじ ましたけ ぎんなん 京揚げ <hr/> がんもの炊き合わせ がんも かぼちゃ さつまいも 豚汁 豚肉 白菜 豆腐 青ねぎ もやし 巨峰 <hr/> じゃがいものおやき じゃがいも 片栗粉 砂糖 醤油	焼きそば 中華めん 豚肉 キャベツ 人参 青のり わかめスープ 生わかめ 玉ねぎ コーン 白ゴマ ハム もやし 卵白 <hr/> オレンジ オレンジ <hr/> スイートポテト さつまいも 生クリーム 砂糖 卵黄	十六穀ごはん 精白米 十六穀米 肉じゃが 牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく しめじ もずくの酢の物 もずく きゅうり しらす 小松菜のみそ汁 小松菜 京揚げ 豆腐 <hr/> おはぎ 精白米 もち米 こしあん きなこ 砂糖 塩	三色丼 精白米 鶏ミンチ 卵 ほうれん草 生姜 <hr/> キャベツのみそ汁 キャベツ さつまいも えのき 漬物 たくあん アロエヨーグルト <hr/> じゃこトースト 食パン ちりめん ごま 青のり マヨドレ	きつねうどん うどん すしあげ えのき 白菜 <hr/> バナナ <hr/> チーズとクラッカー
24	25	26	27	28	29
ごはん 味付のり 精白米 味付のり 鶏のから揚げ 鶏肉 生姜 コロコロサラダ じゃがいも 人参 きゅうり マヨドレ ゆばのすまし汁 ゆば 生わかめ ほうれん草 <hr/> ホットドック ロールパン ウインナー ケチャップ キャベツ	ごはん 精白米 煮込みハンバーグ 牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 牛乳 トマト缶 エリンギ 小松菜のおかか煮 小松菜 人参 京揚げ 花かつお じゃがいものみそ汁 じゃがいも 玉ねぎ <hr/> イチゴジャムの米粉ケーキ ジャム 米粉 BP 豆乳 砂糖 サラダ油 塩	麦ごはん 昆布佃煮 精白米 押し麦 昆布 かつお節 すき焼きコロッケ 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 糸こんにゃく 大豆とひじきのサラダ 大豆 ひじき きゅうり 人参 マヨドレ 白みそ 豆乳スープ ブロッコリー 玉ねぎ ハム 豆乳 <hr/> 黒糖むしパン 黒糖 小麦粉 BP 豆乳 サラダ油 卵	栗ごはん 精白米 もち米 栗 黒ごま 親子煮 鶏肉 卵 じゃがいも 玉ねぎ 青ねぎ 人参 しめじ 芋汁 里芋 ましたけ えのき ほうれん草 京揚げ <hr/> きなこ揚げパン ロールパン きなこ 砂糖	みそラーメン 中華めん 豚肉 白菜 もやし 人参 青ねぎ しゅうまい <hr/> アボカドサラダ アボカド 花かつお <hr/> ごまクッキー ごま ホットケーキミックス バター	お 弁 当 日
					ライフビスケット