

2023年 10月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
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 はんぺんのすまし汁 はんぺん えのき かいわれ フルーツヨーグルト ヨーグルト 脱脂粉乳 バナナ 黄桃缶 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 にんじんクッキー 人参 ホットケーキミックス バター	さつまいもごはん 精白米 さつまいも 黒ごま さわらの照り焼き さわら 生姜 キャベツのじゃこ煮 キャベツ 人参 ちりめん カニカマのすまし汁 カニカマ ほうれん草 えのき じゃがいものおやき じゃがいも 片栗粉 砂糖 醤油	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 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 ココアマフィン ココア 小麦粉 BP 卵 砂糖 バター 生クリーム	麦ごはん 精白米 押し麦 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 ごぼう まいたけ ごま 汁麩のすまし汁 汁麩 生わかめ 京揚げ ほうれん草 ホットケーキ ホットケーキミックス ジャム 卵 牛乳	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 じゃがバター じゃがいも バター 塩 きなこマカロニ マカロニ きなこ 砂糖
9	10	11	12	13	14
スポーツの日	三色丼 精白米 鶏ミンチ 卵 ほうれん草 生姜 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 大芋芋 さつまいも 砂糖 醤油	ごはん 精白米 さんまの塩焼き 大根おろし さんま 大根 ほうれん草のごま和え ほうれん草 ごま もやし 芋汁 里芋 まいたけ 京揚げ 青ねぎ パンブキンケーキ かぼちゃ 小麦粉 BP 牛乳 砂糖 卵 バター	ごはん 精白米 天ぷら えび 玉ねぎ 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 小松菜のみそ汁 小松菜 京揚げ 豆腐 みたらしだんご 上新粉 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉	ハヤシライス 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 トマト エリンギ キャベツのごま和え キャベツ すりごま ちくわ 梨 チーズクラッカー チーズ クラッカー	お弁当日
16	17	18	19	20	21
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 ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 花かつお ゆばのすまし汁 ゆば 生わかめ ほうれん草 スイートポテト さつまいも 生クリーム 砂糖 卵黄	栗ごはん 精白米 もち米 栗 黒ごま 鶏子煮 鶏肉 卵 じゃがいも 玉ねぎ 青ねぎ 人参 しめじ かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ えのき 京揚げ フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 バター	いなり寿司 精白米 すしあげ ひじき ごま 人参 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 巨峰 じゃこトースト 食パン ちりめん ごま 青のり マヨドレ	秋色ごはん 精白米 鶏肉 えのき しめじ まいたけ ぎんなん 京揚げ 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 きゅうりの一夜漬け きゅうりの	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 白菜のみそ汁 白菜 京揚げ 豆腐 マドレーヌ 小麦粉 バター 卵 砂糖 コーンスターチ	きつねうどん うどん すしあげ えのき 白菜 青ねぎ 天かす バナナ ジャムサンド いちごジャム 食パン
23	24	25	26	27	28
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 植 きなこ揚げパン ロールパン きなこ 砂糖	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 のっぺい汁 大根 里芋 人参 青ねぎ こんにゃく 京揚げ 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	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 カルピスゼリー カルピス 寒天 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	麦ごはんと昆布佃煮 精白米 押し麦 昆布 かつお節 すき焼きコロケ 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 黒糖むしパン 黒糖 小麦粉 BP 豆乳 サラダ油 卵	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 アボカドサラダ アボカド 花かつお 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
30	31				
ロールパン 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 コーンクリーム きゅうりのピクルス漬け きゅうり パプリカ りんご 三色おにぎり 精白米 ふりかけ 味付のり 花かつお	十六穀ごはん 精白米 十六穀米 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 かいわれ ラスク 食パン 砂糖 バター				