



2016年 10月予定献立表



緑の家保育園

| 曜日 | 日にち | 10時 | おひる | | ざいりょう |
|----|----------------|------------|---|-------|---|
| 月 | 3 17 31 | 1才児 2才児 | きのこごはん 根菜汁 鯖の塩焼き ひじき煮 | | スイートパンプキン (31日はコーンカップ付き) 果物 |
| 火 | 4 18 | 牛 | 食パン ポルシチ チキンのチーズカツレツ風 りんごとキャベツのコールスロー | 牛 | 磯おにぎり 果物 |
| 水 | 5 19 | 乳 | ごはん 里芋とわかめの さんまの蒲焼き みそ汁 菊花あえ | 乳 | 焼きスパ(しょうゆ味) 果物 |
| 木 | 6 20 誕生会 | 100cc | カレーライス さつま芋サラダ かぶのスープ (20日のみ果物) | 100cc | きな粉もち 果物(6日) 誕生会ケーキ(20日) |
| 金 | 7 21 | | ほうとう風うどん 白身魚の青のり焼き 大豆もやしの和え物 | | ライスコロッケ 果物 |
| 土 | 8 22 | | チキンライス 果物 フライドポテト風 野菜とベーコンのスープ | | かりんとう風 果物 |
| 月 | 24 | | 炒飯 チンゲン菜の中華 鶏の甘酢あん スープ かぶと人参の漬物 | | さつま芋のプリン プルーン 果物 |
| 火 | 11 25 | | 食パン ベジタブルスープ 鮭のソテーきのこクリームソース ママメサラダ | | 五平餅 果物 |
| 水 | 12 26 遠足 | | ごはん さつま芋と油揚げの 豚のカレー揚げ みそ汁 大根サラダ | | みたらしまカロニ 果物 |
| 木 | 13 27 | | ごはん なめこ汁 鰹の生姜煮 和風サラダ | | かぼちゃと小豆の蒸しケーキ 果物 |
| 金 | 14 28 | | きのこの和風あんかけスパゲッティ 小松菜の海苔あえ 秋野菜のスープ | | ハニークリームサンド 果物 |
| 土 | 15 29 | | きな粉ごはん 豚汁 白身魚の西京焼き お浸し | | バターラスク 果物 |
| | | | | | 米 鯖 油揚げ 高野豆腐 南瓜 人参 小松菜 ほうれん草 牛蒡 蓮根 里芋 糸蒟蒻 干椎茸 しめじ エリンギ えのき レーズン 生クリーム 胡麻 米 鶏むね しらす ベーコン 大豆 キャベツ 人参 玉葱 ほうれん草 じゃが芋 りんご 若芽 青海苔 チーズ 鰹節 トマトピューレ 胡麻 米 スパゲティ 秋刀魚 しらす 油揚げ 豚もも 桜海老 玉葱 キャベツ ピーマン 里芋 生姜 ほうれん草 若芽 青海苔 胡麻 米 豚もも ソーセージ 大豆 蕪 コーン 人参 胡瓜 キャベツ 大根 生姜 さつま芋 じゃが芋 りんご レーズン チーズ 豆乳・きなこ(6日) 生クリーム(20日) 干鰹 米 白身魚 鶏むね 油揚げ ベーコン しらす 大根 人参 牛蒡 南瓜 長葱 ほうれん草 大豆もやし 胡瓜 玉葱 干椎茸 チーズ パン粉 青海苔 胡麻 米 食パン 鶏むね ベーコン 玉葱 人参 ピーマン キャベツ ほうれん草 コーン じゃが芋 黒砂糖 胡麻 米 豚もも 鶏もも しらす 桜海老 豆腐 長葱 玉葱 小松菜 人参 蕪 コーン 生姜 チンゲン菜 さつま芋 干椎茸 プルーン 生クリーム 黒砂糖 海苔 食パン 米 鮭 大豆 鶏ひき ベーコン 人参 玉葱 胡瓜 キャベツ コーン 隠元 じゃが芋 椎茸 しめじ パセリ マッシュルーム チーズ 胡麻 ごはん マカロニ 豚もも しらす 油揚げ 大根 人参 胡瓜 コーン さつま芋 生姜 ほうれん草 胡麻 米 小麦粉 鰹 しらす 豆腐 胡瓜 人参 キャベツ コーン 長葱 ほうれん草 生姜 南瓜 なめこ 小豆 若芽 胡麻 スパゲティ 食パン 鶏むね ベーコン 大豆 玉葱 小松菜 ほうれん草 人参 キャベツ 大根 牛蒡 さつま芋 里芋 蓮根 海苔 クリームチーズ 胡麻 米 食パン 白身魚 豚もも 豆腐 油揚げ キャベツ 人参 ほうれん草 大根 玉葱 じゃが芋 海苔 胡麻 きな粉 はちみつ |

