



2018年 10月 予定献立表



緑の家保育園

曜日	日にち	10時	おひる	おやつ	ざいりょう
月	1 15 29	1才児 2才児 クラス	食パン さつま芋のポターージュ チキンのトマトソース りんごとキャベツのコールスロー	磯おにぎり 果物	米 食パン 小麦粉 さつま芋 キャベツ きゅうり 玉葱 人参 ほうれん草 りんご 青のり わかめ レーズン しらす 鶏もも肉 ごま バター 牛乳
火	2 16 30		ごはん なめこ豆腐の かじきの玉葱ソース みそ汁 和風サラダ	スイートパンプキン 果物	米 かぼちゃ キャベツ きゅうり 玉葱 人参 長葱 ほうれん草 コーン缶 レーズン なめこ わかめ しらす かじき鮓 豆腐 ごま バター 生クリーム
水	3	牛	みそラーメン風 鶏チャーシュー ヨーグルトあえ	もち米団子 ブルー	スパゲッティ もち米 キャベツ 小松菜 玉葱 人参 長葱 もやし ブルー みかん缶 もも缶 りんご 豚もも肉 豚ひき肉 鶏もも肉 豆腐 ヨーグルト
水	17 31		ほうとう風うどん 里芋とわかめの 白身魚の青のり焼き みそ汁 ヨーグルトあえ	ライスクロック 果物	干餛飩 米 米粉パン粉 かぼちゃ 大根 人参 長葱 ほうれん草 ブルー みかん缶 もも缶 りんご 青のり ベーコン 鶏むね肉 チーズ ヨーグルト
木	4		ハヤシライス ツナとコーンのサラダ かぶとわかめのスープ	かぼちゃと小豆の 蒸しパン 果物	米 かぶ かぼちゃ キャベツ きゅうり 玉葱 コーン缶 人参 わかめ ツナ缶 牛もも肉 小豆 バター 牛乳 ベーキングパウダー
木	18 誕生会		ハヤシライス 果物 ツナとコーンのサラダ かぶとわかめのスープ	お誕生日ケーキ	米 小麦粉 かぶ キャベツ 玉葱 きゅうり コーン缶 人参 わかめ ツナ缶 牛もも肉 バター 生クリーム 牛乳 重曹 ベーキングパウダー
金	5 19		ごはん 大根と油揚げの さんまの蒲焼き みそ汁 菊花あえ	さつま芋プリン 果物	米 さつま芋 くる砂糖 油揚げ 食用菊 キャベツ 大根 人参 ほうれん草 しらす さんま 生クリーム 牛乳 アガー
土	6 20	乳	チキンライス カリカリフライドポテト風 野菜とベーコンのスープ	黒糖きな粉ラスク 果物	米 食パン じゃが芋 黒砂糖 キャベツ きな粉 玉葱 コーン缶 人参 ほうれん草 ベーコン 鶏むね肉 粉チーズ バター
月	22	100cc	キャロットライス ミネストローネ さけのきのこクリームソースかけ シーザーサラダ	さつま芋チップス 果物	米 小麦粉 さつま芋 きゅうり キャベツ セロリ 玉葱 人参 コーン缶 ほうれん草 しめじ しいたけ 生さけ ベーコン 鶏ひき肉 バター チーズ 牛乳
火	9 23		ふりかけごはん 松風焼き 大根サラダ	カステラ風 果物	米 小麦粉 米粉パン粉 里芋 黒砂糖 はちみつ 豆腐 豆乳 きゅうり 大根 玉葱 人参 青のり ひじき わかめ しらす 鶏ひき肉 ごま
水	10 24		ミートソーススパゲティ さつま芋とりんごのサラダ カリフラワーと大豆のスープ	甘辛ひじきおにぎり 果物	スパゲッティ 米 小麦粉 さつま芋 大豆 豆腐 カリフラワー きゅうり キャベツ 玉葱 人参 ほうれん草 りんご 豚ひき肉 ハム バター チーズ 牛乳
木	11 25		きのこごはん さつま芋と油揚げの さばの生姜風味焼き みそ汁 ひじき煮	しらすと海苔の 和風スパゲッティ 果物	米 スパゲッティ 里芋 大豆 油揚げ ごぼう 小松菜 大根 人参 ほうれん草 れんこん しいたけ しめじ まいたけ ひじき しらす さば 鶏むね肉
金	12 26 遠足		ごはん 果物 鶏と冬瓜のうま煮 チンゲン菜の中華スープ	ピザパイ(12日) パンプキンパイ(26日) ブルー	米 小麦粉 春雨 豆腐 玉葱 人参 チンゲン菜 とうがん 鶏もも肉 ブルー 12日→ ピーマン マッシュルーム トマトピューレ チーズ 26日→ 生クリーム バター
土	13 27		五目うどん 果物 ツナポテト きゅうりスティック	カレーチーズ炒飯 果物	干うどん 米 じゃが芋 しらたき 油揚げ きゅうり 大根 人参 長葱 ほうれん草 ツナ缶 豚もも肉 鶏むね肉 チーズ

