

25日：お誕生日会(うさぎ組・幼児)

10月 給食献立表



ひとまる保育園

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
10/2 (月)	パン	パン(乳)					夕焼けご飯
	シチュー	シチューミックス(乳) じゃがいも 薄力粉	鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース	酒	オレンジ	米 人参 塩昆布 醤油 みりん
	人参のカレー炒め	オリーブ油	ツナ	人参 もやし	醤油 みりん カレー粉		牛乳
10/3 (火)	ごはん	米				バナナ	ヨーグルト
	サケのケチャップソース	片栗粉 ごま油	サケ	玉ねぎ 白ねぎ しょうが にんにく	酒 ケチャップ みりん 砂糖		ソフールヨーグルト(乳)
	春雨サラダ	すりごま ごま油	春雨	人参 きゅうり	酢 砂糖 醤油		お茶
	わかめのみそ汁			わかめ まいたけ	みそ		
10/4 (水)	ごはん	米				パイナップル	大学芋
	牛肉の柳川風煮	油	牛肉 卵	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース	酒 醤油 みりん		さつまいも 油 砂糖 醤油 みりん 塩 黒ごま
	豆腐サラダ	ごま油	豆腐	人参 きゅうり	醤油 砂糖		牛乳
	大根のみそ汁			大根 白菜	みそ		
10/5 (木)	ごはん	米				りんご	焼きビーフン
	サバのにんにく醤油焼き		サバ	にんにく	酒 醤油 みりん		ビーフン 豚肉 玉ねぎ 人参 ニラ 鶏ガラの素 酒 醤油 ごま油
	キャベツのゆかり和え		錦糸卵	キャベツ 人参 きゅうり ゆかり	醤油 みりん		牛乳
	里芋のすまし汁	里芋		まいたけ	酒 醤油 みりん		
10/6 (金)	麻婆丼	米 ごま油 片栗粉	豚挽肉 豆腐	人参 玉ねぎ にんにく しょうが	鶏ガラの素 みそ 醤油 砂糖 酒	フグ レ ー ッ プ	ジャーマンポテト
	切干大根のマヨサラダ	マヨネーズ(卵)		切干大根 きゅうり 人参	醤油		じゃがいも 人参 玉ねぎ 粉チーズ(乳) コンソメ 油
	中華スープ			わかめ しいたけ	鶏ガラの素 醤油		牛乳
10/7 (土)	牛丼	米	牛肉	玉ねぎ	酒 醤油 みりん 砂糖	プ チ ゼ リ ー	菓子パン
	キャベツのすまし汁			玉ねぎ キャベツ	酒 醤油 みりん		北海道ミルクパン(卵・乳)
							牛乳
10/9 (月)	スポーツの日						
10/10 (火)	鶏だしラーメン	中華麺 ごま油	鶏肉 錦糸卵	玉ねぎ わかめ	鶏ガラの素 醤油 酒	オレンジ	きのこピラフ
	ごぼうのごまマヨサラダ	マヨネーズ(卵) ごま		ごぼう 人参 きゅうり	醤油		米 しめじ えのき しいたけ 人参 コンソメ バター(乳)
	いりこ(幼児)		いりこ				牛乳
	しらす(乳児)		しらす				
10/11 (水)	ごはん	米				パイ ナ ッ プ ル	焼きいも
	サケのねぎみそ焼き		サケ	ねぎ	白みそ 酒 砂糖 みりん 醤油		さつまいも
	厚揚げのしょうが炒め	油	厚揚げ	玉ねぎ 人参 しょうが	醤油 みりん		牛乳
	小松菜のすまし汁			小松菜 大根	酒 醤油 みりん		
10/12 (木)	ごはん	米				バナ ナ	ごまスティックパイ
	カレイの竜田揚げ	片栗粉 油	カレイ	しょうが	酒 醤油 みりん		パイシート(乳) 黒ごま グラニュー糖
	ひじきのマヨサラダ	マヨネーズ(卵)		ひじき 人参 きゅうり	醤油		ヤクルト(乳)
	卵のみそ汁		卵	しめじ	みそ		
10/13 (金)	やきとり丼	米 油	鶏肉 錦糸卵	キャベツ 玉ねぎ 人参	酒 醤油 みりん 砂糖	フ グ レ ー ッ プ	人参ケーキ
	豆腐とわかめのサラダ	ごま油	豆腐	わかめ 人参	醤油 砂糖		人参 レーズン 豆腐 ホットケーキミックス 卵 きび糖
	チンゲン菜のすまし汁	麩		チンゲン菜	酒 醤油 みりん		牛乳
10/14 (土)	肉うどん	うどん	牛肉	玉ねぎ 人参	酒 醤油 みりん 砂糖	ゼ ッ リ ー チ	菓子パン
	切干大根の煮物			切干大根 人参	醤油 みりん		ミニデニッシュ(アップル) (卵・乳)
							牛乳
10/16 (月)	パン	パン(乳)				パイ ナ ッ プ ル	おこわ
	マカロニグラタン	薄力粉 パン粉 バター(乳) マカロニ	サケ 豆乳 チーズ(乳)	人参 玉ねぎ クリームコーン缶 コーン	コンソメ 酒		米 もち米 鶏肉 人参 しいたけ 醤油 みりん
	かぶとベーコンのコンソメ煮		ベーコン	かぶ 人参	コンソメ		牛乳
	人参のスープ			わかめ 人参	コンソメ		

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
10/17 (火)	ごはん	米				フグ ルレ ー ツ ブ	さつまいものカップケーキ
	サバのおろしポン酢かけ		サバ	大根 ねぎ	酒 みりん 醤油 酢		さつまいも バター(乳) きび糖 卵
	きゅうりの塩昆布和え		錦糸卵	きゅうり 人参 塩昆布	醤油 みりん		薄力粉 ベーキングパウダー
	白菜のみそ汁			白菜 しめじ	みそ		アシドミルク(乳)
10/18 (水)	ごはん	米				りん ご	みそバターラスク
	からあげ	油 片栗粉	鶏肉	にんにく しょうが	酒 塩麹		食パン(乳) 白みそ きび糖 バター(乳)
	人参しりしり	オリーブ油	ツナ	人参 もやし	醤油 みりん		
	ほうれん草のすまし汁	里芋		ほうれん草	酒 醤油 みりん		牛乳
10/19 (木)	他人丼	米 油	牛肉 卵	玉ねぎ 人参 みつば	酒 醤油 みりん	オレ ン ジ	きのこの和風スパゲティ
	さつまいもサラダ	さつまいも マヨネーズ(卵)		人参 きゅうり			スパゲティ オリーブ油 しめじ しいたけ えのき 人参 ねぎ 醤油 みりん
	豆腐のみそ汁		豆腐	えのき	みそ		
							牛乳
10/20 (金)	ごはん	米				バナ ナ	ゼリー
	カレイの梅焼き		カレイ	梅干し	酒 醤油 みりん 砂糖		みかんゼリー
	春雨サラダ	すりごま 春雨		きゅうり パプリカ	醤油 砂糖 酢		
	玉ねぎのすまし汁			人参 玉ねぎ	酒 醤油 みりん		牛乳
10/21 (土)	豚丼	米	豚肉	玉ねぎ	酒 醤油 みりん 砂糖	プ チ ゼ リ ー	菓子パン
	キャベツのすまし汁			玉ねぎ キャベツ	酒 醤油 みりん		北海道ミルクパン(卵・乳)
							牛乳
10/23 (月)	豆乳担々麺	中華麺 ごま油	豚挽肉 豆乳	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 しょうが にんにく	酒 みそ 醤油 鶏ガラの素	オレ ン ジ	スイートポテト
	厚揚げの中華煮	ごま油	厚揚げ	玉ねぎ 人参	鶏ガラの素 醤油		さつまいも きび糖 バター(乳) 卵 牛乳
	チーズ		チーズ(乳)				
							牛乳
10/24 (火)	ごはん	米				パイ ナ ッ プ ル	ヨーグルト
	サケのごま焼き	ごま	サケ		酒 醤油 みりん		ココアヨーグルト(乳)
	ポテトサラダ	マヨネーズ(卵) じゃがいも		人参 きゅうり	醤油		
	かき玉汁		卵	わかめ	酒 醤油 みりん		お茶
10/25 (水) <small>お誕生日会 (らさぎ組・幼児)</small>	ごはん	米				ゼ ブ リ ー チ	ショートケーキ/アイス(きりん・ぞう組のみ)
	ハンバーグ	パン粉	合挽肉 卵 豆腐 牛乳	玉ねぎ 人参	醤油 砂糖 ケチャップ		スポンジケーキ(卵・乳) 砂糖 生クリーム(乳) いちご アイス(卵・乳) (きりん・ぞう組 のみ)
	フライドポテト	油 じゃがいも			塩		
	コーンクリームスープ		豆乳	コーン クリームコーン缶	コンソメ		牛乳
10/26 (木)	ごはん	米				フグ ルレ ー ツ ブ	麩ラスク
	サバの香味焼き		サバ	白ねぎ しょうが にんにく	酒 醤油 みりん		麩 バター(乳) きび糖
	白和え	ねりごま	豆腐	ほうれん草 人参 ひじき	醤油 みりん 砂糖 白みそ		
	大根のみそ汁			大根 えのき	みそ		牛乳
10/27 (金)	ハヤシライス	米 薄力粉 油 じゃがいも	牛肉	玉ねぎ 人参 トマト缶	ケチャップ ソース 砂糖 酒 コンソメ	バナ ナ	きなこ蒸しパン
	卵焼き		卵	人参 ピーマン 玉ねぎ	醤油 みりん		ホットケーキミックス 豆乳 きなこ きび糖
							牛乳
10/28 (土)	肉うどん	うどん	豚肉	玉ねぎ 人参	酒 醤油 みりん 砂糖	ゼ ブ リ ー チ	菓子パン
	切干大根の煮物			切干大根 人参	醤油 みりん		ミニデニッシュ(アップル) (卵・乳)
							牛乳
10/30 (月) <small>ハロウィンフェス ティバル(乳児)</small>	ハロウィンカレーライス	米 油 じゃがいも カレールー	牛肉	玉ねぎ 人参 しめじ	酒	ゼ ブ リ ー チ	かぼちゃマフィン
	かぼちゃサラダ	マヨネーズ(卵)		かぼちゃ きゅうり 人参			かぼちゃ バター(乳) 砂糖 卵 牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー
							牛乳
10/31 (火)	パン	パン(乳)				オレ ン ジ	納豆チャーハン
	サケフライ	パン粉 薄力粉 油	サケ		酒 ケチャップ		米 納豆 人参 玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく ごま油 醤油 鶏ガラの素 錦糸卵
	キャベツのマリネ	オリーブ油		キャベツ 人参	酢 砂糖 醤油		
	さつまいものスープ	さつまいも		玉ねぎ	コンソメ		牛乳
11/1 (水)	ごはん	米				フグ ルレ ー ツ ブ	大豆クリームサンド
	すき焼き風煮	油	牛肉 豆腐	玉ねぎ 人参 白菜	酒 醤油 みりん 砂糖		食パン(乳) 大豆 砂糖 バター(乳)
	ひじきのマヨおかか和え	マヨネーズ(卵)	かつお節	ひじき 人参 きゅうり	醤油		
	麩のみそ汁	麩		人参	みそ		牛乳
11/2 (木)	ごはん	米				バナ ナ	ヨーグルト
	サケの梅焼き		サケ	梅干し	酒 醤油 みりん 砂糖		ソファールヨーグルト(乳)
	白菜の煮浸し			白菜 人参 しいたけ	醤油 みりん		
	小松菜のすまし汁			玉ねぎ 小松菜	酒 醤油 みりん		お茶

11日・・・ねずみくんグループは寄せ鍋のクッキングをします。ごはん、寄せ鍋、パイナップルの提供となります。

19日・・・だるまちゃんグループは寄せ鍋のクッキングをします。ごはん、寄せ鍋、オレンジの提供となります。