

献立表

2018年10月の献立

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1		2		3		4		5		6	
和風ぎょうざ丼	米 豚ひき肉 にら たまねぎ にんじん しょうが ごま油 しょうゆ みそ	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	パン給食	パン チーズ セリー
キャベツのごま酢和え	キャベツ にんじん コーン缶 ごま 酢 きび砂糖 しょうゆ	カレーの照り焼き	かれい みりん しょうゆ 酒 きび砂糖 油	豚肉のしょうが焼き	豚肉(肩ロース) にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ しょうが 酒 油	さわらのみそ焼き	さわら みそ きび砂糖 酒 みりん	鶏肉のトマトソース煮	鶏もも肉 たまねぎ にんじん ビーマン 小麦粉 油 ホールトマト缶 コンソメ 塩		
わかめスープ	にんじん えのきだけ カットわかめ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩	チンゲン菜の篠田和え	チンゲンサイ にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 きび砂糖 しょうゆ	ポテトサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり マヨドレ	きゅうりとわかめの酢の物	きゅうり カットわかめ 酢 きび砂糖 塩	大豆とひじきのサラダ	だいず(ゆで) ひじき きゅうり にんじん マヨドレ しょうゆ		
りんご	りんご	貝だくさんのみそ汁	じゃがいも にんじん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	豆腐のみそ汁	絹ごし豆腐 たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	ザーサイが香る豚肉と白菜のスープ	豚肉(ロース) はくさい ザーサイ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ	きのこのスープ	えのきだけ にんじん しめじ 鶏がらスープ 塩		
飲むヨーグルト	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	ほうじ茶	牛乳	牛乳
せんべい・ビスケット(乳児ウエハース)	塩せんべい ビスケット ウエハース	おやつ・焼きそば	焼きそばめん キャベツ あおのり 油 焼きそばソース	マシュマロリッツサンド	クラッカー マシュマロ	きなこケーキ	きな粉 ホットケーキ粉 豆乳 きび砂糖 オリーブ油	ゆかりおにぎり	米 しそふりかけ	せんべい・ビスケット	せんべい・ビスケット
8		9		10		11		12		13	
体育の日		御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	パン給食	パン チーズ セリー
		鮭のマヨネーズ焼き	さけ 塩 こしょう パセリ粉 マヨドレ	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉 たまねぎ にんじん 小麦粉 油 しょうゆ きび砂糖 みりん しょうが 片栗粉	じゃが芋とひき肉の煮物	豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん さやえんどう しょうゆ きび砂糖 油	豚肉と青菜の炒め物	豚肉(肩ロース) チンゲンサイ にんじん たまねぎ しょうゆ みりん きび砂糖 こしょう 油		
		ひじきのマリネ	ひじき ツナ水煮缶 キャベツ にんじん オリーブ油 しょうゆ 酢 きび砂糖 塩	キャベツのたくあん和え	キャベツ にんじん だいこん(たくあん) しょうゆ	小松菜とコーンの和え物	こまつな にんじん コーン缶 しょうゆ きび砂糖	かぼちゃのサラダ	かぼちゃ きゅうり にんじん マヨドレ 塩 こしょう		
		豆腐のみそ汁	絹ごし豆腐 たまねぎ にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ	じゃがいものみそ汁	じゃがいも にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	おつゆ麩のみそ汁	おつゆふ にんじん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	だいこんのみそ汁	だいこん にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ		
飲むヨーグルト	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	ほうじ茶	牛乳	牛乳
せんべい・ビスケット(乳児ウエハース)	塩せんべい ビスケット ウエハース	おやつ・焼きそば	焼きそばめん キャベツ あおのり 油 焼きそばソース	みたらし団子	米 もち米 しょうゆ きび砂糖 水 片栗粉	ジャムサンド	食パン いちごジャム	おやつ・ツナスパゲティ	スパゲティ ツナ水煮缶 たまねぎ オリーブ油 酒 しょうゆ 塩 焼きのり	せんべい・ビスケット	塩せんべい ビスケット
15		16		17		18		19		20	
御飯	米	さつま芋御飯	米 酒 塩 さつまいも	ロールパン	ロールパン	御飯	米	御飯	米	パン給食	パン チーズ セリー
さばの塩焼き	さば 塩	大根と鶏肉の煮物	だいこん 鶏もも肉 にんじん さやえんどう 干しいたけ かつお・昆布だし汁 酒 しょうゆ みりん きび砂糖	厚揚げのミートソース煮	生揚げ 豚ひき肉 にんじん たまねぎ コーン缶 グチャップ きび砂糖 塩 パセリ粉	カレー五目あんかけ	かれい 酒 塩 たけのこ(ゆで) たまねぎ 干しいたけ しょうゆ きび砂糖 みりん 片栗粉 グリンピース	根菜の旨煮	鶏もも肉 こぼろ さといも にんじん だいこん 干しいたけ かつお・昆布だし汁 きび砂糖 しょうゆ 油 いんげん		
ほうれん草の白和え	ほうれん草 にんじん 木綿豆腐 すりごま 塩 しょうゆ	白菜のみそ汁	はくさい にんじん 油揚げ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ	ブロッコリーのわかめ和え	ブロッコリー にんじん かつお節 マヨドレ しょうゆ	キャベツの昆布あえ	キャベツ にんじん 塩こんぶ しょうゆ	三色なます	にんじん もやし きゅうり 酢 きび砂糖 塩		
わかめみそ汁	カットわかめ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	バナナ	バナナ	コンソメスープ	キャベツ たまねぎ にんじん コンソメ	しめじのみそ汁	しめじ にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	豆腐のみそ汁	木綿豆腐 カットわかめ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ		
牛乳	牛乳	お茶	ほうじ茶	お茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
イチゴジャムケーキ	ホットケーキ粉 豆乳 いちごジャム オリーブ油 きび砂糖	ヨーグルト・ビスケット	ヨーグルト(加糖) ビスケット	手作りふりかけおにぎり	米 いわし(丸干し) あおのり	きな粉ポテト	さつまいも きな粉 きび砂糖 塩	菓子パン	菓子パン	せんべい・ビスケット	塩せんべい ビスケット
22		23		24	お楽しみメニュー	25		26		27	
御飯	米	御飯	米	ピラフ	米 鶏もも肉 ミックスベジタブル(冷凍) たまねぎ 油 塩 鶏がらスープ	御飯	米	御飯	米	パン給食	パン チーズ セリー
さわらのごま照り焼き	さわら しょうゆ みりん きび砂糖 酒 油 ごま	回鍋肉	豚肉(肩ロース) にんじん キャベツ たまねぎ ビーマン しいたけ 油 みそ きび砂糖 酒 しょうゆ	コーンマヨサラダ	キャベツ にんじん コーン缶 マヨドレ	まぐろの竜田揚げ	まぐろ しょうが しょうゆ 酒 片栗粉 油	豆腐の肉あんかけ	絹ごし豆腐 豚肉(肩ロース) たまねぎ にんじん しいたけ さやえんどう しょうが かつお・昆布だし汁 しょうゆ 酒 塩 きび砂糖		
ほうれん草の納豆和え	ほうれん草 にんじん 挽きわり納豆 しょうゆ	春雨サラダ	はるさめ にんじん きゅうり 酢 しょうゆ きび砂糖 ごま油	野菜スープ	しめじ たまねぎ にんじん 鶏がらスープ	大根のじゃこゆかり和え	だいこん にんじん しらす干し ゆかり しょうゆ	小松菜のごま和え	こまつな にんじん すりごま しょうゆ		
たまねぎのみそ汁	たまねぎ にんじん カットわかめ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	中華スープ	こまつな しめじ しいたけ にんじん 鶏がらスープ	ゼリー	ゼリー	貝だくさんのみそ汁	にんじん たまねぎ かぼちゃ かつおだし汁 みそ	だいこんのみそ汁	だいこん にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ		
牛乳	牛乳	お茶	ほうじ茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	ほうじ茶	牛乳	牛乳
スイートポテト	さつまいも きび砂糖 オリーブ油 豆乳	焼きおにぎり	米 しょうゆ きび砂糖	ココアケーキ	ココア(ビュココア) ホットケーキ粉 豆乳 オリーブ油 きび砂糖 ホイップクリーム	クリームサンド	食パン きび砂糖 コーンスターチ 豆乳 パニラエッセンス	コーンフレーク	コーンフレーク 牛乳 干しぶどう	せんべい・ビスケット	塩せんべい ビスケット
29		30		31	ハロウィン						
御飯	米	御飯	米	チキンカレー	米 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん グリンピース 油 カレールウ 塩 こしょう						
鮭の西京焼き	さけ みそ きび砂糖 酒 みりん 油	筑前煮	鶏もも肉 にんじん こぼろ たけのこ れんこん いんげん しらす かつお・昆布だし汁 油 きび砂糖 しょうゆ みりん 酒	大根とツナのサラダ	だいこん にんじん きゅうり ツナ水煮缶 コーン缶 マヨドレ						
きゅうりのゆかりあえ	きゅうり にんじん ゆかり しょうゆ	白菜のお浸し	はくさい しめじ にんじん しょうゆ きび砂糖 かつお節	柿	かき						
にゅうめん汁	干しとうめん こまつな にんじん えのきだけ 油揚げ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん	豆腐のみそ汁	木綿豆腐 たまねぎ ねぎ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ								
お茶	ほうじ茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳						
きな粉プリン	豆乳 きな粉 きび砂糖 アガー 水	せんべい・ビスケット	塩せんべい ビスケット	パンキンケーキ	ホットケーキ粉 かぼちゃ 豆乳 きび砂糖 オリーブ油						