2020年　10月 の献立

献立表　普通食

ソフィア稲荷保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 お月見メニュー	2	3
			御飯 七分つき米 豆腐の肉あんかけ 絹ごし豆腐 豚肉 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 片栗粉 みりん 大根と人参の甘酢和え だいこん にんじん 酢 きび砂糖 さといものみそ汁 さといも しめじ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 さつま芋団子 さつまいも 豆乳 きな粉 きび砂糖	三色そぼろ 七分つき米 凍り豆腐 鶏ひき肉 油 かつお・昆布だし汁 しょうが しょうゆ 酒 きび砂糖 にんじん かつお・昆布だし汁 きび砂糖 塩 ほうれんそう ごま油 しょうゆ ピーマンのツナあえ ピーマン にんじん ツナ水煮缶 すりごま きび砂糖 しょうゆ 酢 たまねぎのみそ汁 たまねぎ にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ みかん缶 みかん缶 牛乳 牛乳 大豆のクッキー だいず水煮缶詰 小麦粉 きな粉 ベーキングパウダー きび砂糖 油	牛乳 牛乳 ミニストロベリーツイスト ミニストロベリーツイスト チーズ チーズ ゼリー ゼリー 牛乳 牛乳 せんべい・クッキー 塩せんべい クッキー
5	6	7	8	9 目の日	10
御飯 七分つき米 カレイ五目あんかけ かれい 酒 しょうが 片栗粉 油 たまねぎ にんじん たけのこ（ゆで） さやえんどう かつお・昆布だし汁 しょうゆ きび砂糖 みりん 片栗粉 ほうれん草の納豆和え ほうれんそう にんじん 挽きわり納豆 しょうゆ かつお節 じゃがいものみそ汁 じゃがいも たまねぎ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 おはぎ 七分つき米 もち米 きな粉 きび砂糖 あずき（ゆで）	御飯 七分つき米 回鍋肉 豚肉 にんじん キャベツ たまねぎ ピーマン しいたけ 油 みそ きび砂糖 酒 しょうゆ みりん 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 中華スープ チンゲンサイ にんじん コーン缶 水 鶏がらスープ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト せんべい・小魚 塩せんべい いわし(丸干し) 水 クッキー(乳児ウエハース) クッキー ウエハース	御飯 七分つき米 鶏肉のトマト煮 鶏もも肉 塩 片栗粉 たまねぎ にんじん ピーマン 黄ピーマン 油 ホールトマト缶詰 コンソメ 塩 パセリ粉 きび砂糖 ケチャップ 水 かぼちゃサラダ かぼちゃ にんじん きゅうり マヨドレ 野菜スープ ほうれんそう しめじ にんじん 鶏がらスープ 牛乳 牛乳 クリームサンド 食パン きび砂糖 コーンスターチ 豆乳 バニラエッセンス	御飯 七分つき米 豚肉のしょうが焼き 豚肉 にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ しょうが 酒 油 ブロッコリーと人参のおかか和え ブロッコリー にんじん かつお節 しょうゆ かぶのみそ汁 かぶ かぶ・葉 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 ナポリタン スパゲティー ウインナー たまねぎ にんじん ケチャップ 水 コンソメ	御飯 七分つき米 いわしの竜田揚げ いわし しょうが しょうゆ 酒 片栗粉 油 小松菜とコーンのごま和え こまつな にんじん コーン缶 しょうゆ きび砂糖 ごま かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 キャロットケーキ にんじん ホットケーキ粉 豆乳 オリーブ油 きび砂糖	牛乳 牛乳 ハヤシライス 七分つき米 ウインナー たまねぎ しめじ にんじん グリンピース 油 ハヤシルウ コーンサラダ コーン缶 キャベツ にんじん 油 酢 塩 きび砂糖 チーズ チーズ 牛乳 牛乳 せんべい・クッキー 塩せんべい クッキー
12	13	14	15	16	17
御飯 七分つき米 さわらの西京焼き さわら みそ きび砂糖 みりん 酒 油 チンゲン菜の和え物 チンゲンサイ にんじん しょうゆ きび砂糖 はくさいのすまし汁 はくさい にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 牛乳 牛乳 おからスコーン ホットケーキ粉 おから 豆乳 オリーブ油 いちごジャム きび砂糖	御飯 七分つき米 肉団子と野菜の煮物 豚ひき肉 鶏ひき肉 にんじん ねぎ しょうが 酒 塩 片栗粉 だいこん かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 片栗粉 こまつな ひじきのさっぱり和え ひじき ツナ水煮缶 キャベツ にんじん しょうゆ 酢 きび砂糖 おふのみそ汁 おつゆふ にんじん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 マシュマロリッツサンド クラッカー マシュマロ	御飯 七分つき米 まぐろのフライ まぐろ 塩 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース ケチャップ コールスローサラダ キャベツ チンゲンサイ にんじん 酢 きび砂糖 油 野菜のみそ汁 かぶ さつまいも にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 みたらし団子 七分つき米 もち米 しょうゆ きび砂糖 水 片栗粉	ロールパン ロールパン さつまいもときのこのクリームシチュー 鶏もも肉 さつまいも にんじん たまねぎ しめじ シチューのもと 豆乳 水 ブロッコリーのサラダ ブロッコリー にんじん コーン缶 マヨドレ 酢 バナナ バナナ お茶 番茶（浸出液） 手作りふりかけおにぎり 七分つき米 いわし(丸干し) あおのり ゆかり おやつ昆布(3~5歳) こんぶ	御飯 七分つき米 豚肉と野菜のカレー炒め 豚肉 酒 塩 カレー粉 片栗粉 たまねぎ にんじん ピーマン 油 塩 コンソメ ケチャップ 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 キャベツのみそ汁 キャベツ たまねぎ 油揚げ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ お茶 番茶（浸出液） コーンフレーク コーンフレーク 牛乳 干しぶどう	牛乳 牛乳 チーズハムロール チーズハムロール チーズ チーズ ゼリー ゼリー 牛乳 牛乳 せんべい・クッキー 塩せんべい クッキー
19	20	21	22	23	24
御飯 七分つき米 鮭のごま衣焼き さけ 塩 米粉 ごま 塩 水 油 チンゲン菜のとろみ炒め チンゲンサイ にんじん えのきたけ 油 水 鶏がらスープ 塩 片栗粉 大根のみそ汁 だいこん にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 りんごのコンポート りんご きび砂糖 レモン果汁 水 せんべい 塩せんべい	御飯 七分つき米 炒り豆腐 木綿豆腐 鶏ひき肉 ひじき 干ししいたけ にんじん たまねぎ さやえんどう 油 しょうゆ みりん きび砂糖 片栗粉 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 かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ キャベツ えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ お茶 番茶（浸出液） わかめおにぎり 七分つき米 炊き込みわかめ	御飯 七分つき米 豚肉と青菜の炒め物 豚肉 こまつな にんじん たまねぎ しょうゆ みりん こしょう 油 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 わかめのみそ汁 カットわかめ にんじん えのきたけ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 せんべい・小魚 塩せんべい いわし(丸干し) 水 クッキー(乳児ウエハース) クッキー ウエハース	御飯 七分つき米 鶏ささ身の甘酢あんかけ 鶏ささ身 酒 塩 こしょう 片栗粉 きび砂糖 油 たまねぎ チンゲンサイ にんじん ごま油 水 酢 しょうゆ 塩 片栗粉 きび砂糖 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 さつまいものみそ汁 さつまいも にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 ミルクパン ミルクパン	御飯 七分つき米 さんまの塩焼き さんま 塩 白菜とほうれん草の磯あえ はくさい ほうれんそう 焼きのり しょうゆ かぶ豚汁 豚肉 かぶ にんじん たまねぎ ねぎ 油揚げ しょうが かつお・昆布だし汁 みそ 牛乳 牛乳 焼きそば 焼きそばめん キャベツ ウインナー あおのり 油 焼きそばソース	牛乳 牛乳 中華あんかけ丼 七分つき米 ツナ水煮缶 にんじん たまねぎ はくさい しいたけ ピーマン しょうゆ きび砂糖 塩 油 片栗粉 ごま油 きのこのスープ えのきたけ にんじん しめじ 水 鶏がらスープ しょうゆ チーズ チーズ 牛乳 牛乳 せんべい・クッキー 塩せんべい クッキー
26	27	28	29 お楽しみメニュー	30 ハロウィン	31
御飯 七分つき米 カレイの照り焼き かれい みりん しょうゆ 酒 きび砂糖 油 ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん しょうゆ きび砂糖 こまつなのみそ汁 こまつな たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ 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	御飯 七分つき米 鮭のちゃんちゃん焼き さけ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ みそ きび砂糖 酒 しょうゆ きゅうりの酢の物 きゅうり カットわかめ 酢 しょうゆ きび砂糖 かぶのすまし汁 かぶ かぶ・葉 にんじん かつお・昆布だし汁 しょうゆ 牛乳 牛乳 チヂミ にら 豚ひき肉 コーン缶 塩 おから 片栗粉 水 ごま油 しょうゆ きび砂糖	御飯 七分つき米 豚肉のすき焼き風煮物 豚肉 焼き豆腐 はくさい たまねぎ えのきたけ ねぎ しらたき しょうゆ みりん きび砂糖 ほうれん草のしらす和え ほうれんそう にんじん しらす干し しょうゆ きび砂糖 しめじのみそ汁 しめじ にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ お茶 番茶（浸出液） ヨーグルト・バナナ ヨーグルト(加糖) バナナ	【お子様ランチ】ピラフ 七分つき米 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 ナポリタン スパゲティー たまねぎ ケチャップ 水 コンソメ ウインナー ウインナー コンソメスープゼリー キャベツ じゃがいも にんじん 水 コンソメ ゼリー 牛乳 牛乳 ココアケーキ ココア（ピュアココア） 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	チキンカレー 七分つき米 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 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 柿 かき 牛乳 牛乳 パンプキンケーキ ホットケーキ粉 かぼちゃ 豆乳 きび砂糖 オリーブ油	牛乳 牛乳 ホワイトミルク ホワイトミルク チーズ チーズ ゼリー ゼリー 牛乳 牛乳 せんべい・クッキー 塩せんべい クッキー

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。