

2018年10月予定献立表

緑丘保育園

曜 日	昼 食	材 料 名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食
月	1 きのこカレー 豆菜サラダ にら卵スープ	精白米・胚芽米・豚肉・シメジ・玉ねぎ・マッシュルーム・人参・じゃがいも・油・にんにく・生姜・バター・小麦粉・カレー粉・大豆・小松菜・にんじん・まぐろ缶詰・ゴマ・酢・砂糖・醤油・ゴマ油 トマト缶・塩・醤油 玉ねぎ・えのき・にら・卵・塩・醤油・かつおだし	豚ひき	大学いも さつま芋・油・砂糖・醤油・ごま くだもの・牛乳	ひじきごはんおにぎり 精白米・胚芽米・鶏ひき肉・人参・干し椎茸 ひじき・油揚げ・青菜・醤油・塩・みりん・酒 麦茶	魚の梅焼き・じゃが芋の金平 魚・味噌・梅びしお・みりん・酒・砂糖 じゃがいも・砂糖・みりん・醤油・油・人参・いんげん ひじきごはん・味噌汁
火	2 16 30 鮭の蒸し焼き かぶときゅうりの漬物 ゆかりごはん 大根汁	生鮭・醤油・みりん・玉葱・しめじ・バター かぶ・かぶ葉・きゅうり・刻み昆布・塩 精白米・胚芽米・ゆかり 大根・油揚げ・人参・長葱・青菜・塩・醤油・片栗粉・かつおだし	とろみつき かぶ・きゅうりゆで	にんじんケーキ 小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー・にんじん・卵・砂糖・マーガリン・ヨーグルト くだもの・牛乳	ココアラスク 食パン・ココア・マーガリン・砂糖 麦茶	豚肉の生姜焼き・青菜とキャベツのごま和え 豚肉・生姜・玉葱・ピーマン・みりん・醤油・油 キャベツ・ほうれん草・ごま・砂糖・醤油 ごはん・味噌汁
水	3 17 31 豆腐ハンバーグ きのこサラダ・にんじんグラッセ ごはん じゃがいもと青菜の味噌汁	豆腐・鶏ひき・玉ねぎ・ひじき・人参・パン粉・卵・塩・油・醤油・砂糖・片栗粉・かつおだし えのき・しめじ・きゅうり・ブロッコリー・油・酢・醤油・砂糖・塩 人参・砂糖・バター・塩 精白米・胚芽米 じゃがいも・青菜・塩蔵わかめ・玉ねぎ・味噌・煮干し	きゅうりゆで	かぼちゃクッキー 南瓜、3日小麦粉、17・31日ホットケーキミックス、砂糖 マーガリン・全粒粉 くだもの・牛乳	いちごジャムサンド 食パン・いちごジャム 麦茶	魚のマヨネーズ焼き・シーチキンサラダ 魚・とろけるチーズ ツナ缶・キャベツ・きゅうり・トマト・油・酢・塩 パン・スープ
木	4 18 鶏肉と白いんげん豆のクリーム煮 大根サラダ レーズンパン わかめスープ	鶏ひき・玉葱・片栗粉・塩(乳児) 鶏もも(幼児)白インゲン豆・玉葱・人参・ブロッコリー・油・塩・小麦粉・バター・牛乳・豆乳 大根・人参・コーン・小松菜・ゴマ油・砂糖・酢・醤油 レーズンパン 塩蔵わかめ・長葱・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし	肉団子	鮭おにぎり 精白米・胚芽米・甘塩鮭・大葉(幼児のみ)・ごま・のり くだもの・牛乳	チーズじゃがもち じゃがいも・片栗粉・パセリ・とろけるチーズ マーガリン・塩 麦茶	煮込みうどん・チーズじゃがもち 干しうどん・豚肉・ごぼう・キャベツ・人参・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩 かつおぶし くだもの
金	5 19 さんまの松前煮 柿生酢 栗ごはん(栗入荷できないときはさつま芋入り) きのこ味噌汁	さんま・砂糖・酒・みりん・醤油・かつおだし 柿・大根・きゅうり・塩・砂糖・酢 精白米・胚芽米・もち米・栗・(さつまいも)・塩・ごま・酒 なめこ・しめじ・えのき・万能ねぎ・さくらげ・煮干し・味噌		マカロニグラタン マカロニ・鶏ひき・玉葱・人参・マッシュルーム・パセリ・油 小麦粉・バター・牛乳・豆乳・塩・パルメザンチーズ・パン粉 くだもの・牛乳	和風ツナおにぎり 精白米・胚芽米・ツナ缶・玉葱・醤油 みりん・のり 麦茶	炒り豆腐・人参のごま味噌和え 木綿豆腐・鶏ひき肉・人参・ごぼう・干し椎茸・長葱・いんげん・塩・砂糖・醤油 みりん・油 人参・油・ごま・味噌・みりん 和風ツナごはん・味噌汁
土	6 20 きつねうどん コロコロサラダ ゼリー	干しうどん・鶏ひき・油揚げ・人参・椎茸・キャベツ・長葱・青菜・醤油・酒・塩 じゃが芋・人参・きゅうり・コーン缶・ハム・塩・酢・油 100%ジュース・水・砂糖・アガー	酢なし、だし醤油	パン・小魚 クリームチーズパンなど・小魚 くだもの・牛乳		
月	15 29 炊きおこわ 鶏レバー煮 ながいも煮 油揚げとかぶの味噌汁	もち米・精白米・胚芽米・鶏肉・ごぼう・にんじん・しめじ・いんげん・油揚げ・酒・醤油・塩 鶏レバー・醤油・砂糖・ごま・水・生姜 長芋・いんげん・人参・砂糖・酒・醤油 油揚げ・かぶ・かぶ葉・さくらげ・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	鶏ひき 鶏レバー	チョコサンド 食パン・コーンスターチ・砂糖・ココア・牛乳・豆乳 くだもの・牛乳	おかかおにぎり(海苔なし) 精白米・胚芽米・かつお節・ごま・醤油 麦茶	鶏の照り焼き・小松菜とコーンのソテー 鶏もも肉・醤油・はちみつ・にんにく 小松菜・コーン・バター・油・塩 ごはん・味噌汁
火	9 23 友禅豆腐 さつまいもとりんごの甘煮 わかめごはん 吉野汁	豆腐・卵・人参・椎茸・ずわいがいこ・グリーンピース・砂糖・醤油・かつおだし・塩・油 さつまいも・りんご・砂糖・塩 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 鶏ささみ・玉葱・人参・ごぼう・ほうれん草・塩蔵わかめ・醤油・塩・片栗粉		きのこスパゲティ スパゲティ・牛肉・玉葱・椎茸・えのき・ピーマン・塩・醤油 油・かつお節・人参 くだもの・牛乳	じゃこトースト 食パン・しらす・アレルギー用マヨネーズ パセリ 麦茶	魚の香味焼き・大根と里芋のそぼろ煮 魚・長葱・ごま・生姜・酒・醤油・油 大根・里芋・人参・豚ひき肉・砂糖・醤油・酒・片栗粉・みりん ごはん・味噌汁
水	10 24 肉じゃが 小松菜とぜんまいのナムル ごはん キャベツと玉葱の味噌汁	豚ひき(乳児)・豚もも(幼児)・じゃがいも・玉葱・にんじん・白滝・隠元・砂糖・酒・醤油・油 小松菜・ぜんまい・砂糖・醤油・もやし・長葱・ごま・醤油・酢・ゴマ油・砂糖 精白米・胚芽米 キャベツ・玉葱・にんじん・塩蔵わかめ・味噌・煮干し		人参チュロス 小麦粉・ベーキングパウダー・人参・砂糖・バター・牛乳 全粒粉・油 くだもの・牛乳	ダイスチーズパン ダイスチーズ入りソフトフランスパン 麦茶	鶏肉のトマトソース煮・ごまポテト 鶏肉・玉葱・にんにく・マッシュルーム缶・コーン缶・パセリ・油・トマトピューレ 塩・片栗粉・水・牛乳or豆乳 じゃが芋・ごま・青のり ダイスチーズパン・スープ
木	11 25 カジキのくるみ味噌焼き しらあえ ごはん とろろ昆布のすまし汁	カジキ・酒・醤油・生姜・味噌・みりん・くるみ・ごま・油 豆腐・にんじん・こんにゃく・干し椎茸・ほうれん草・ごま・砂糖・塩・醤油・みりん 精白米・胚芽米 削り昆布・長葱・人参・青菜・青のり・醤油・かつおだし・塩	とろみつき	かぼちゃ蒸しパン 小麦粉・上白糖・ベーキングパウダー・卵・牛乳・油・全粒粉 かぼちゃ くだもの・牛乳	鶏ごぼうピラフおにぎり 精白米・胚芽米・ごぼう・人参・しめじ・ごま油・醤油・砂糖・塩 麦茶	豆腐のかりんとう・たたききゅうり 木綿豆腐・片栗粉・油・みりん・黒砂糖・水・醤油 きゅうり・酢・醤油・ごま油 鶏ごぼうピラフ・スープ
金	12 26 炒り鶏 きゅうりの磯和え ごはん かぼちゃとえのきの味噌汁	鶏ひき・玉葱・片栗粉(乳児)・鶏もも(幼児)・里芋・牛蒡・レンコン・人参・こんにゃく・干し椎茸・隠元・油・砂糖・みりん・醤油 きゅうり・青のり・塩 精白米・胚芽米 かぼちゃ・えのき・青菜・味噌・煮干し	きゅうりゆで	12日)トマトライス・くだもの・牛乳 精白米・胚芽米・豚ひき肉・人参・玉葱・ピーマン・トマトピューレ・塩・油 26日)パン・くだもの・牛乳 クリームチーズパン	やきいも さつまいも 麦茶	カレーうどん・さつまいも煮 干しうどん・豚肉・人参・玉葱・キャベツ・ピーマン・小麦粉・バター・カレー粉・塩・醤油 くだもの
土	13 27 味噌煮込みうどん 煮豆 みかん	干しうどん・鶏ひき・生揚げ・キャベツ・長葱・人参・椎茸・青菜・酒・味噌 金時豆・砂糖・塩 みかん		ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/卵入り生地パン・砂糖・マーガリン 一口チーズ くだもの・牛乳		

* 幼児エネルギー 576kcal たんぱく質 21.3g 脂質 19.1g *ひよこのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。*3時の牛乳は豆乳入りです *材料の関係で献立が変更になることもあります。