

2019年10月予定献立表

緑丘保育園

曜日	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	17 (木) 28	鮭の蒸し焼き かぶときゅうりの浅漬け ゆかりごはん だいこん汁	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・にんじん・長葱・青菜・塩・醤油・片栗粉・かつおだし	とろみつき 野菜ゆで	マカロニきなこ マカロニ・きな粉・素精糖・塩 くだもの・牛乳	さつま芋しらすおにぎり 精白米・胚芽米・さつまいも・しらす 塩・ごま 麦茶	鶏のはちみつ焼き・わかめとコーンのサラダ 鶏肉・醤油・はちみつ・にんにく・塩蔵わかめ・キャベツ・コーン・トマト・醤油・酢・油・塩・素精糖 さつまいもしらすごはん・味噌汁
火	1 15	サバの味噌煮 白和え ごはん とろろこんぶのすまし汁	サバ・味噌・素精糖・醤油・生姜・酒・かつおだし 豆腐・にんじん・こんにゃく・干し椎茸・ほうれんそう・ごま・上白糖・塩・醤油・みりん 精白米・胚芽米 削り昆布・長葱・にんじん・青菜・青のり・醤油・かつおだし・塩	とろみつき	大学いも さつまいも・油・素精糖・醤油 くだもの・牛乳	ジャムラスク 食パン・ジャム 麦茶	チャブチェ・かぼちゃ煮 豚ひき・醤油・酒・にんじん・玉葱・ピーマン・油・にんにく・素精糖・春雨 かぼちゃ・素精糖・醤油・みりん ごはん・味噌汁
水	2 16 30	鶏肉と白いんげんのクリーム煮 だいこんサラダ レーズンパン わかめスープ	(乳児)鶏ひき・玉葱・かたくり粉・塩 (幼児)鶏肉 いんげん豆・玉葱・人参・ブロッコリー・油・塩・薄力粉・バター・牛乳・豆乳 だいこん・にんじん・コーン・小松菜・ごま油・素精糖・酢・醤油 レーズンパン(卵入り) 塩蔵わかめ・長葱・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし	食パンつき	鮭おにぎり 精白米・胚芽米・甘塩鮭・大葉(幼児のみ)・ごま・海苔 くだもの・牛乳	じゃがバター じゃが芋・バター・塩・青のり 麦茶	あんかけ焼きそば・じゃがバター 中華めん・油・生姜・にんにく・豚肉・キャベツ・玉葱・もやし・ピーマン・にんじん・塩・醤油・片栗粉 くだもの
木	3 31	友禅豆腐 さつまいもとりんごの甘煮 わかめごはん キャベツと玉葱の味噌汁	豆腐・卵・椎茸・カニ・グリーンピース・素精糖・醤油・かつおだし・塩・油 さつまいも・りんご・素精糖・塩 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ キャベツ・玉葱・塩蔵わかめ・味噌・煮干し・にんじん		かぼちゃのソフトクッキー かぼちゃ・ホットケーキミックス(無糖)・素精糖・マーガリン 全粒粉 くだもの・牛乳	ドーナツ イーストドーナツ(卵なし) 麦茶	魚のトマト煮・フレンチサラダ 魚・小麦粉・玉葱・トマト缶・ケチャップ・パセリ・油・塩 キャベツ・きゅうり・りんご・酢・油・塩 パン・スープ
金	4 18	きのこカレー 豆菜サラダ ニラスープ	精白米・胚芽米・豚肉・しめじ・マッシュルーム・玉葱・人参・じゃが芋・油・にんにく・生姜・油・バター・小麦粉・カレー粉・トマト缶・塩・醤油 大豆・小松菜・にんじん・まぐろ缶詰・ごま・酢・素精糖・醤油・ごま油 ニラ・玉葱・えのき・青菜・塩・醤油・片栗粉・かつおだし	ひき肉	クリームチーズラスク 食パン・クリームチーズ・パセリ くだもの・牛乳	かやくごはんおにぎり 精白米・胚芽米・にんじん・ごぼう・ 干し椎茸・油揚げ・みりん・醤油・塩 麦茶	高野豆腐オランダ煮・かぶとわかめの酢の物 高野豆腐(乳児・冷凍豆腐)・片栗粉・油・にんじん・素精糖・醤油・味噌・かつおだし かぶ・かぶ葉・塩蔵わかめ・酢・素精糖・塩 かやくごはん・味噌汁
土	5 19	きつねうどん(甘煮) コロコロサラダ ゼリー	干しうどん・にんじん・玉葱・干し椎茸・かつおだし・醤油・みりん・塩・油揚げ・醤油・素精糖・水 じゃが芋・にんじん・きゅうり・コーン・ハム・塩・酢・油 100%果汁・水・素精糖・アガー		パン・小魚 パン(ソフトフランス生地/バターロール生地) 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳		
月	7 21	栗ごはん さんまの松前煮(入荷状況により変更あり) 柿生酢 きのこの味噌汁	精白米・胚芽米・もち米・栗・塩・ごま・塩・酒 さんま・素精糖・酒・みりん・醤油・かつおだし・酢 ※さんまの入荷が難しいときは、他の魚になります。 柿・大根・きゅうり・塩・素精糖・酢 なめこ・しめじ・えのき・万能ねぎ・きくらげ・煮干し・味噌	とろみつき 野菜ゆで	ココアラスク 食パン・マーガリン・素精糖・ココア くだもの・牛乳	梅ツナごはんおにぎり 精白米・胚芽米・油・玉葱・まぐろ缶 梅びしお・味噌 麦茶	豆腐のあんかけ・ほうれんそうの海苔和え 豆腐・小麦粉・油・豚ひき・長葱・人参・干し椎茸・素精糖・醤油・片栗粉 ほうれん草・海苔・醤油・かつおだし 梅ツナごはん・スープ
火	8 29	肉じゃが 小松菜とぜんまいのナムル ごはん 麩とふのりの味噌汁	豚肉・じゃが芋・玉葱・にんじん・白滝・いんげん・素精糖・酒・醤油・油 小松菜・ぜんまい・素精糖・醤油・もやし・長葱・ごま・醤油・酢・ごま油・素精糖 精白米・胚芽米 麩・ふのり・青のり・万能ねぎ・青菜・煮干し・味噌	ひき肉	高野豆腐のコロコロ揚げ 高野豆腐・豆乳・素精糖・片栗粉・油・きな粉・素精糖 くだもの・牛乳	和風ラスク 食パン・マーガリン・ごま・青のり 麦茶	魚の生姜焼き・きゅうりのしらす和え 魚・生姜・醤油・みりん・きゅうり・しらす・醤油・酢 ごまごはん・すまし汁
水	9 23	豆腐ハンバーグ きのこサラダ ごはん じゃがいもの味噌汁	豆腐・鶏ひき・玉葱・ひじき・にんじん・パン粉・卵・塩・油・醤油・素精糖・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・素精糖・塩 精白米・胚芽米 じゃが芋・玉葱・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	きゅうりゆで	肉あんかけうどん 干しうどん・塩・醤油・かつおだし・豚ひき・にんじん・長葱・ 干し椎茸・油・かつおだし・片栗粉・うずら卵(幼児のみ)・青菜 くだもの・牛乳	おにっごごはんおにぎり 精白米・胚芽米・大豆缶・にんじん・しらす 塩・ごま・醤油・酒 麦茶	なすのなべしぎ・野菜のごま味噌煮 豚ひき・ナス・ピーマン・味噌・素精糖・醤油・油 だいこん・里芋・人参・いんげん・こんにゃく・油・味噌・素精糖・醤油・ごま おにっごごはん・スープ
木	10 24	鮭のパン粉焼き さつまいもサラダ ひじきパン コーンクリームスープ	鮭・にんにく・酒・塩・パン粉・パセリ・オリーブ油 さつまいも・にんじん・りんご・きゅうり・マヨネーズ・オリーブ油・酢 ひじきパン(卵なし) コーン缶(ペースト状)・パセリ・牛乳・塩・玉葱・豆乳・かつおだし	とろみつき 野菜ゆで、りんご煮 食パンつき	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・こんぶだし・にんじん・油揚げ・醤油・ 刻み昆布 くだもの・牛乳	かぼちゃのコーンカップ かぼちゃ・素精糖・アイスコーン・ 干しぶどう・牛乳 麦茶	五目うどん・かぼちゃのコーンカップ 干しうどん・油揚げ・豚ひき・ごぼう・にんじん・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩・酒 くだもの
金	11 25	炒りどり きゅうりの磯和え ごはん かぼちゃとえのきの味噌汁	乳児)鶏ひき・かたくり粉・玉葱 (幼児)鶏もも・里芋・ごぼう・れんこん・にんじん・こんにゃく・干し椎茸・いんげん・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		焼いも さつまいも くだもの・牛乳	あんぱん あんぱん(あん少な目・卵なし) 麦茶	魚の梅焼き・にんじんといんげんのごま和え 魚・味噌・梅びしお・みりん・酒・素精糖 いんげん・にんじん・ごま・醤油・かつおだし・素精糖 ごはん・すまし汁
土	12 26	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 いんげん豆・素精糖・塩 みかん		ラスク・チーズ ソフトフランス生地/バターロール生地・マーガリン・砂糖 一口チーズ くだもの・牛乳		

* 乳児)エネルギー443kcal たんぱく質17.1g 脂質13.8g * 幼児)エネルギー556kcal たんぱく質21.5g 脂質17.5g

* 0才児クラスのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳入り)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。