

2021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 | 4 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・きゅうり・にんじん・まぐろ缶詰・ごま・米酢・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・昆布だし | ひき肉 | トライアングル 食パン・クリームチーズ・バター・上白糖・卵・小麦粉 | 梅おにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・塩・海苔 | 魚の照り焼き・さつまいもの刻み昆布煮 魚・醤油・酒・みりん さつまいも・刻み昆布・みりん・素精糖・醤油 |
| 火 | 5 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・あおさのり・醤油・かつおだし・昆布だし・塩 | とろみつき | 肉あんかけうどん 干しうどん・豚ひき・油・にんじん・長葱・干し椎茸・青菜・かつおだし・醤油・塩・片栗粉 | 焼きおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・ごま・醤油・みりん | 梅おにぎり・味噌汁 鶏肉の塩唐揚風・きゅうりのしらす和え 鶏肉・酒・塩・素精糖・アレルギー用マヨネーズ・生姜・にんにく・片栗粉・油 きゅうり・しらす・醤油・米酢 |
| 水 | 6 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・米酢・醤油 レーズンパン(卵入り) ※納品状況によりバターロール(卵入り)に変更する可能性あり 塩蔵わかめ・長葱・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし・昆布だし | 肉団子・豆半分に切る 野菜ゆで 食パントーストつき | 鮭おにぎり 精白米・胚芽米・甘塩鮭・大葉(幼児のみ)・ごま・海苔 | じゃがバター じゃが芋・バター・塩・青のり | 中華風うどん・じゃがバター 干しうどん・かつおだし・鶏ガラだし・豚ひき・長葱・塩・醤油・人参・キャベツ・きくらげ・海苔 |
| 木 | 7 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・なたね油・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・なたね油・米酢・醤油・素精糖・塩 精白米・胚芽米 じゃが芋・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し・昆布だし | きゅうりゆで | 大学いも さつまいも・ごま・米油・素精糖・醤油 | ツナとコーンのラスク 食パン・まぐろ缶・コーン・玉葱・アレルギー用マヨネーズ | 魚のトマト煮・かぼちゃサラダ 魚・小麦粉・玉葱・トマト・トマトケチャップ・パセリ・なたね油・塩 かぼちゃ・きゅうり・干しぶどう・米酢・なたね油・塩 |
| 金 | 8 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・塩 かぶ・かぶ菜・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・昆布だし | とろみつき 野菜ゆで | にんじんケーキ 薄力粉・全粒粉・ベーキングパウダー・にんじん・卵・素精糖・マーガリン・牛乳・豆乳・ヨーグルト | 焼肉おにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・人参・なたね油・塩・酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま | 豆腐のかりんとう・ひじきの煮物 豆腐・片栗粉・なたね油・みりん・黒砂糖・醤油 ひじき・干し椎茸・にんじん・油揚げ・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・酒・みりん |
| 土 | 9 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・昆布だし・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・米酢・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) | 麦茶 | 焼肉ごはん・味噌汁 |
| 月 | 11 栗ごはん かんぱちのみそ焼き 柿生米酢 きのこの味噌汁 | 精白米・胚芽米・もち米・栗・塩・ごま・塩・酒 かんぱち・酒・味噌・ごま・生姜 柿・大根・きゅうり・塩・素精糖・米酢 なめこ・しめじ・えのき・万能ねぎ・きくらげ・煮干し・昆布だし・味噌 | とろみつき 野菜ゆで・酢なし | 高野豆腐のコロコロ揚げ 高野豆腐・豆乳・素精糖・片栗粉・米油・きな粉・素精糖 | ジャムサンド 食パン・ジャム | 煮込みハンバーグ・ひじきのサラダ 鶏ひき・玉葱・片栗粉・かつおだし・塩・ケチャップ・ソース・片栗粉 ひじき・醤油・きゅうり・にんじん・鶏ささみ・塩・アレルギー用マヨネーズ・米酢・オリーブ油 |
| 火 | 12 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・にんじん・椎茸・カニ・グリーンピース・素精糖・醤油・かつおだし・塩・なたね油 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 鶏ささみ・玉葱・にんじん・ごぼう・青菜・塩蔵わかめ・醤油・塩・片栗粉・かつおだし・昆布だし | | ココアラスク 食パン・マーガリン・素精糖・ココア | ジュシーおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・人参・ごま油・酒・素精糖・醤油・かつおだし・塩・グリーンピース | 魚のみぞれ煮・にんじんのごま味噌和え 魚・片栗粉・油・大根・かつおだし・醤油・酒 にんじん・なたね油・ごま・味噌・みりん |
| 水 | 13 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・米酢・ごま油・素精糖 精白米・胚芽米 キャベツ・玉葱・塩蔵わかめ・にんじん・煮干し・味噌・昆布だし | ひき肉 | 夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・かつおだし・にんじん・油揚げ・醤油・刻み昆布 | おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・ごま 海苔 | 家常豆腐・きゅうりの梅肉和え 生揚げ・豚肉・にんじん・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・味噌・片栗粉・ごま油・かつおだし きゅうり・塩・梅びしお |
| 木 | 14 炊きおこわ レバーかりんとう 生揚げと切昆布煮 小松菜の味噌汁 | 精白米・胚芽米・もち米・鶏肉・ごぼう・にんじん・しめじ・いんげん・油揚げ・酒・醤油・塩 豚レバー・片栗粉・米油・醤油・素精糖・ごま・水 生揚げ・にんじん・刻み昆布・みりん・醤油・かつおだし 小松菜・えのき・玉葱・煮干し・昆布だし・味噌 | ひき肉 鶏レバー | マカロニきなこ マカロニ・きな粉・素精糖・塩 | スイートポテト さつまいも・素精糖・豆乳 | 魚の香味焼き・さつまいも茶巾 魚・長葱・ごま・生姜・酒・醤油 さつまいも・素精糖・豆乳 |
| 金 | 15 炒りどり きゅうりの磯和え ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 | 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 豆腐・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し・昆布だし | | 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 (29は🍌バージョンです) | 菜飯じゃこおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・青菜・海苔・ごま | 高野豆腐のオランダ煮・キャベツの土佐米酢和え 高野豆腐・片栗粉・油・にんじん・素精糖・醤油・味噌・かつおだし キャベツ・にんじん・削り節・塩・醤油・米酢・素精糖 |
| 土 | 2 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・かつおだし・昆布だし いんげん豆・素精糖・塩 みかん | 皮なし・半分に切る | 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 | <今月のお知らせ> 秋も深まり、過ごしやすい季節となりました。子ども達も外でいっぱい遊んで、食欲も増しています。今月からうさぎ組は、こま肉を使用し、ごはんの固さも幼児と同じになります。 | |

* 幼児)エネルギー548kcal たんぱく質21.9g 脂質16.9g * 乳児)エネルギー430kcal たんぱく質17.5g 脂質13.2g
* 0才児クラスのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。* 3時のおやつ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。