

# 2020年 10月献立表

\*献立の後半の日付は、行事の関係で順不同となっておりますのでご了承ください。  
 \*都合によりメニューが変更されることがあります。  
 \*(果物)は、幼児の果物はありません。

献立名	1日(木)	2日(金)	3日(土)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	23日(金)	31日(土)	
献立名	親子丼 ごぼうのきんぴら キャベツのみそ汁	ごはん 関東炊き 人参のみそマヨサラダ ひじき煮	ビーフライス ほうれん草のスープ	ごはん 魚の塩焼き かぼちゃのレモン煮 大根のみそ汁	ごはん 厚揚げ入り麻婆なす 粉ふきいも 豆腐ともずくのスープ	けんちんうどん さつまいものカレー煮 ほうれん草のおかか和え	ごはん 炒り豆腐 ビーマンのツナ炒め さつまいものみそ汁	ごはん 魚ケチャップ ブロッコリー ビーンズスープ	ごはん ドライカレー 白菜とえのきのスープ	ごはん すき焼き風 高野豆腐の揚げ煮 枝豆	吹き寄せご飯 千草焼き 三度豆の胡麻和え 舞茸汁	鮭のクリームスパゲティ 豆サラダ キャベツのスープ	ごはん 魚の照り焼き ひじきの白和え 小松菜と麩のみそ汁	いなりちらしずし じゃがいもと厚揚げ煮 むらくも汁	焼きビーフン ちんげん菜とわかめのスープ	
材料名	米 鶏肉 鶏卵 玉ねぎ 人参 三つ葉 だしかつお しょうゆ 砂糖 酒 片栗粉 ごぼう 人参 砂糖 しょうゆ みりん キャベツ しめじ 青ねぎ みそ だしかつお ごま (果物)	米 鶏肉 大根 こんにゃく ちくわ がんとどき じゃがいも だしかつお 砂糖 みりん しょうゆ 人参 もやし きゅうり ツナ みそ マヨドレ 砂糖 ひじき 豚肉 人参 干し椎茸 三度豆 しょうゆ 砂糖 みりん だしかつお 油 果物	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ 青ねぎ にんにく 塩 ごしょう 油 鶏肉 ほうれん草 人参 えのき 塩 ごしょう チキンスープ 果物	米 あじ(幼児) 鮭(乳児) 塩 かぼちゃ 砂糖 レモン汁 塩 薄揚げ 大根 白菜 えのき 青ねぎ みそ だしかつお 酒 片栗粉 油 ごま油 じゃがいも 塩 パセリ 豆腐 もずく ちんげん菜 青ねぎ チキンスープ 酒 しょうゆ 塩 ごしょう 果物	米 なす 厚揚げ 玉ねぎ 椎茸 豚挽肉 椎茸 ピーマン 人参 しょうゆ にんにく みそ しょうゆ 砂糖 オイスターソース チキンスープ 酒 片栗粉 油 ごま油 豆腐 もずく ちんげん菜 青ねぎ チキンスープ 酒 しょうゆ 塩 ごしょう 果物	うどん(乾) 豚肉 大根 椎茸 薄揚げ 青ねぎ 砂糖 みりん しょうゆ だしかつお だし昆布 さつまいも 人参 合挽肉 グリーンピース 塩 ごしょう カレー粉 コンソメ ほうれん草 人参 かつおぶし しょうゆ みりん 砂糖 果物	米 豆腐 豚肉 干し椎茸 人参 青ねぎ 三度豆 しょうゆ 鶏卵 みりん 酒 ピーマン 人参 ツナ しょうゆ みりん 塩 さつまいも 玉ねぎ わかめ(乾) 青ねぎ みそ だしかつお 果物	米 たら 塩 ごしょう 酒 片栗粉 玉ねぎ 赤ピーマン ピーマン エリンギ ケチャップ ウスターソース 砂糖 赤ワイン 油 ブロッコリー 塩 ペーコン 玉ねぎ 人参 なす 大豆水煮 マカロニ コンソメ 塩 ごしょう ローリエ 豚肉 白菜 えのき 人参 青ねぎ チキンスープ 塩 ごしょう 果物	米 合挽肉 玉ねぎ にんにく しょうが りんご パプリカ ピーマン 大豆水煮 カレー粉 赤ワイン コンソメ ケチャップ ウスターソース 砂糖 赤ワイン 油 豆乳 塩 ごしょう ローリエ 豚肉 白菜 えのき 人参 青ねぎ チキンスープ 塩 ごしょう 果物	米 牛肉 白菜 玉ねぎ 糸こんにゃく 人参 麩 青ねぎ 焼豆腐 だしかつお 油 しょうゆ 砂糖 みりん 酒 高野豆腐 片栗粉 しょうゆ みりん 塩 だしかつお 枝豆 塩 果物	米 もち米 むき栗 しめじ 人参 鶏肉 しょうゆ 酒 砂糖 塩 鶏卵 ひじき 椎茸 絹さや 油 しょうゆ 砂糖 みりん 塩 だしかつお 三度豆 すりごま みりん しょうゆ 砂糖 舞茸 ごぼう 人参 青ねぎ しょうゆ 塩 だしかつお 果物	スパゲティ 油 鮭 しめじ 人参 玉ねぎ 牛乳 生クリーム 小麦粉 バター コンソメ 塩 ごしょう 大豆水煮 さつまいも 人参 きゅうり しょうゆ みりん 塩 油 玉ねぎ すりごま みりん しょうゆ 砂糖 舞茸 ごぼう 人参 青ねぎ しょうゆ 塩 だしかつお 果物	米 ぶり(幼児) からすかれい(乳児) しょうが しょうゆ 砂糖 酒 みりん ひじき 人参 豆腐 ほうれん草 砂糖 しょうゆ すりごま だしかつお 小松菜 しめじ 人参 麩 みそ だしかつお 果物	米 干し椎茸 人参 薄揚げ 枝豆 いりごま(白) しょうゆ 砂糖 塩 昆布 酢 厚揚げ じゃがいも 三度豆 だしかつお しょうゆ 砂糖 みりん だしかつお 鶏卵 人参 玉ねぎ ちんげん菜 しょうゆ 塩 片栗粉 だしかつお 果物	誕生会 むらくも汁	♪
おやつ	豆腐ときな粉のケーキ 市販菓子	市販菓子	市販菓子	市販菓子	小豆ういろう 市販菓子	ひじきおにぎり 市販菓子	フライドポテト 市販菓子	市販菓子	市販菓子	市販菓子	マラーカオ 市販菓子	しらすと青のりのおにぎり 市販菓子	きなこトースト 市販菓子	さつまいものケーキ 市販菓子	市販菓子	
おやつ	市販菓子	かぼちゃクッキー	市販菓子	市販菓子	チーズスティック	昆布のおにぎり	ピザトースト	♪	市販菓子	市販菓子	りんごヨーグルト	かつおおにぎり	市販菓子	♪	♪	

※延長保育のおやつは、卵、乳不使用のせんべいやクラッカー、クッキーなどを提供しています。  
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズです。

	1日(木)	2日(金)	3日(土)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	23日(金)	31日(土)
おやつ	豆腐ときな粉のケーキ	市販菓子	市販菓子	市販菓子	小豆ういろ	ひじきおにぎり	フライドポテト	市販菓子	市販菓子	市販菓子	マーラーカオ	しらすと青のりのおにぎり	きなこトースト	さつまいものケーキ	市販菓子
	ホットケーキミックス 豆腐 きな粉 砂糖 油 豆乳				わらび餅粉 小麦粉 砂糖 こしあん	米 ひじき 人参 干し椎茸 鶏挽肉 しょうゆ みりん 酒 塩	じゃがいも 油 塩				小麦粉 ベーキングパウダー 黒糖 鶏卵 しょうゆ 豆乳 塩 レーズン	米 青のり しらす 塩	食パン マーガリン 砂糖 きな粉	ホットケーキミックス 鶏卵 砂糖 油 豆乳 さつま芋	
	16日(金)	30日(金)	17日(土)	19日(月)	20日(火)	22日(木)	21日(水)	♪	24日(土)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	♪	♪
	市販菓子	かぼちゃクッキー	市販菓子	市販菓子	チーズスティック	昆布のおにぎり	ピザトースト	♪	市販菓子	市販菓子	りんごヨーグルト	かつおおにぎり	市販菓子	♪	♪
	かぼちゃ 小麦粉 バター 砂糖 片栗粉 ほうれん草			小麦粉 片栗粉 ベーキングパウダー バター 塩 チーズ 牛乳	米 塩昆布	食パン チーズ ケチャップ 玉ねぎ ウインナー ピーマン					ヨーグルト りんごジャム 砂糖	米 かつおぶし しょうゆ			