

# 2021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。

\*21日はぞう組は甲山遠足です。お弁当をご用意ください。

日・曜	1日(金)	2日(土)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
献立名	ごはん 関東炊き ひじきの白和え れんこんのきんぴら	ナポリタンスパゲティ キャベツのスープ	ごはん 炒り豆腐 さつまいものレモン煮 ごぼうと小松菜のみそ汁	パン 秋色シチュー コールスロー ゆで卵	豚肉の和風スパゲティ 人参のみそマヨサラダ トマトと卵のスープ	ごはん 干草焼き 小松菜と厚揚げの煮びたし じゃがいものみそ汁	ごはん 魚のカレームニエル ラタトゥイユ ほうれん草とコーンのスープ	豆腐のあんかけ丼 白菜のみそ汁	大豆カレー かぼちゃのサラダ 冬瓜ともずくのスープ	ごはん 魚の塩焼き ブロッコリーのごま和え のっぺい汁	カレーうどん 五目豆 切干大根とほうれん草のごま和え	ふきよせごはん すき焼き風 ピーマンのツナ炒め 黒枝豆	誕生会 ごはん チキンカツ れんこんサラダ むらくも汁	豚チャーハン わかめともやしのスープ
材料名	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 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 豚挽肉 れんこん 人参 砂糖 しょうゆ みりん (果物)	スパゲティ ウインナー 玉ねぎ ピーマン しめじ 人参 ケチャップ 塩 こしょう 白ワイン 油 鶏肉 キャベツ えのき 青ねぎ コンソメ 塩 こしょう 果物	米 豆腐 豚肉 干し椎茸 人参 しょうゆ 鶏卵 みりん 酒 さつまいも 砂糖 レモン汁 塩 ごぼう 小松菜 しめじ 青ねぎ ごま油 みそ だしかつお 果物	麦ロール 鶏肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ かぶ しめじ クリームシチュールー 油 牛乳 コンソメ ローリエ ツナ キャベツ きゅうり 人参 コーン マヨドレ 砂糖 塩 こしょう 鶏卵 えのき 玉ねぎ 鶏卵 片栗粉 にんにく チキンスープ 塩 こしょう 果物	スパゲティ 鶏肉 舞茸 エリンギ 玉ねぎ 青ねぎ チキンスープ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 だしかつお 昆布(だし用) 刻みのり 人参 もやし きゅうり ツナ みそ マヨドレ 砂糖 塩 こしょう えのき 玉ねぎ 鶏卵 片栗粉 にんにく チキンスープ 塩 こしょう 果物	米 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 小松菜 人参 厚揚げ しょうゆ みりん 砂糖 じゃがいも 玉ねぎ わかめ 青ねぎ うすあげ だしかつお みそ 果物	米 からすかれい 塩 こしょう 白ワイン 小麦粉 カレー粉 バター なす 玉ねぎ ズッキーニ パプリカ 人参 トマト水煮 白ワイン 砂糖 塩 こしょう にんにく ケチャップ コンソメ オリーブ油 ほうれん草 えのき コーン ベーコン 塩 こしょう チキンスープ 果物	米 豆腐 鶏挽肉 人参 椎茸 ほうれん草 三つ葉 しょうが しょうゆ 酒 みりん 塩 パプリカ 人参 トマト水煮 白ワイン 砂糖 塩 こしょう にんにく ケチャップ コンソメ オリーブ油 ほうれん草 えのき コーン ベーコン 塩 こしょう チキンスープ 果物	米 大豆水煮 豚肉 玉ねぎ 人参 トマト水煮 しめじ 油 カレールー にんにく りんご かぼちゃ コーン 人参 ブロッコリー しょうゆ りんご酢 油 玉ねぎ 砂糖 豆腐 冬瓜 もずく 青梗菜 青ねぎ チキンスープ 塩 こしょう 果物	米 あじ(幼児) 鮭(乳児) 塩 ブロッコリー ごま みりん しょうゆ 砂糖 大根 人参 れんこん 里芋 青ねぎ 干し椎茸 しょうゆ みりん 塩 片栗粉 だしかつお 果物	うどん(乾) 牛肉 玉ねぎ 薄あげ 青ねぎ カレールー しょうゆ ウスターソース みりん 塩 片栗粉 だしかつお だし昆布 大豆水煮 人参 れんこん こんにゃく 切昆布 砂糖 しょうゆ みりん だしかつお 切干大根 ほうれん草 人参 しょうゆ みりん 砂糖 ごま 果物	米 もち米 さつまいも しめじ 人参 鶏肉 しょうゆ 酒 砂糖 塩 牛肉 白菜 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく 麩 青ねぎ 焼豆腐 だしかつお 油 しょうゆ 砂糖 みりん 酒 ピーマン もやし ツナ しょうゆ みりん 塩 黒枝豆 塩 果物	米 鶏肉 パン粉 小麦粉 塩 こしょう 油 ソース ケチャップ れんこん 人参 酢 砂糖 キャベツ マヨドレ しょうゆ 鶏卵 人参 玉ねぎ 青梗菜 しょうゆ 塩 片栗粉 だしかつお 果物	米 豚肉 青ねぎ 玉ねぎ しめじ 人参 しょうが しょうゆ みりん こしょう 油 人参 こしょう 油 鶏肉 わかめ えのき もやし コンソメ 塩 こしょう ごま油 果物
おやつ	市販菓子	市販菓子	市販菓子	豆腐のお好み焼き	新米むすび	スイートポテト	市販菓子	市販菓子	市販菓子	卵ロールサンド	きなこおにぎり	フライドポテト	プリン	市販菓子
おやつ	市販菓子	♪	市販菓子	あずきういろ	さつまいものおにぎり	りんごヨーグルト	市販菓子	市販菓子	市販菓子	さつまいもケーキ	しらすゆかりおにぎり	かぼちゃクッキー	♪	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(金)	2日(土)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
おやつ	市販菓子	市販菓子	市販菓子	豆腐のお好み焼き	新米むすび	スイートポテト	市販菓子	市販菓子	市販菓子	卵ロールサンド	きなこおにぎり	フライドポテト	プリン	市販菓子
				お好み焼き粉 鶏卵 キャベツ 豚肉 油 青のり お好みソース 豆腐 青ねぎ 天かす マヨドレ	米 塩	さつまいも バター 砂糖 牛乳				麦ロール 鶏卵 きゅうり マヨドレ 塩 こしょう	米 もち米 塩 きなこ 砂糖	じゃがいも 油 塩	鶏卵 牛乳 砂糖 バニラエッセンス	
	29日(金)	♪	18日(月)	19日(火)	21日(木)	20日(水)	22日(金)	23日(土)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	♪	30日(土)
市販菓子	♪	市販菓子	あずきういろ	さつまいもの おにぎり	りんごヨーグルト	市販菓子	市販菓子	市販菓子	さつまいもケーキ	しらすゆかり おにぎり	かぼちゃクッキー	♪	市販菓子	
			わらび餅粉 小麦粉 砂糖 こしあん	米 さつまいも 塩 昆布 黒ごま	ヨーグルト りんごジャム 砂糖				ホットケーキミックス 鶏卵 砂糖 油 豆乳 さつまいも	米 ゆかり しらす	かぼちゃペースト 小麦粉 バター 砂糖 片栗粉 ほうれん草			