

# 2022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。

\*5日(水)はぞう組はお泊り保育です。おにぎりをご用意ください。  
 \*14日(金)はぼぶら保育園つばさ組、そら組、つき組、ほし組は遠足です。お弁当をご用意ください。  
 \*28日(金)はりす組は遠足です。お弁当をご用意ください。

日・曜	1日(土)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	21日(金)	29日(土)	31日(月)
献立名	塩焼きそば 白菜のスープ	ごはん ひき肉入り擬製豆腐 さつまいものカレー煮 ごぼうと小松菜のみそ汁	ごはん 魚のパン粉焼き チンゲン菜とえのきのおかか和え 舞茸汁	きのこのクリームスパゲティ 人参のみそマヨサラダ イタリアンスープ	ごはん マーボーなす 粉ふきいも レタスとトマトのスープ	ごはん 魚のムニエル ラタトゥイユ	豆腐のあんかけ丼 小松菜とえのきのみそ汁	大豆カレー かぼちゃサラダ キャベツのスープ	けんちんうどん 高野豆腐の揚げ煮 ほうれん草ともやしのみそ和え	パン 秋色シチュー ひじきのマヨサラダ ゆで卵	吹き寄せご飯 すき焼き風 ビーマンのツナ炒め 枝豆	誕生会	♪	♪
材料名	中華麺 キャベツ もやし 人参 人參 しめじ にら 豚肉 酒 みりん チキンスープ しょうゆ 塩 ごしょう にんにく しょうが ごま油 白菜 えのき 人参 青ねぎ 鶏肉 塩 ごしょう チキンスープ	米 豆腐 鶏卵 鶏挽肉 椎茸 三度豆 砂糖 しょうゆ 塩 さつまいも 人参 合挽肉 グリーンピース 塩 ごしょう にんにく しょうが ごま油 コンソメ 小松菜 青ねぎ 鶏肉 ごま油 みそ だしかつお	米 魚(ほっけ) 塩 ごしょう パン粉 乾燥パセリ 油 チンゲン菜 えのき 人参 しょうゆ みりん 砂糖 かつお節 豚肉 舞茸 ごぼう 人参 青ねぎ しょうゆ 塩 みりん だしかつお	スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 しめじ マッシュルーム 豆乳 小麦粉 塩 ごしょう 人参 コンソメ 砂糖 油 人参 もやし きゅうり ツナ みそ マヨドレ トマト 人参 玉ねぎ ウインナー なす じゃがいも 乾燥パセリ コンソメ 塩 ごしょう	米 なす 玉ねぎ 豚挽肉 椎茸 ピーマン 人参 しょうが にんにく みそ しょうゆ 砂糖 油 人参 もやし きゅうり ツナ みそ マヨドレ トマト 人参 玉ねぎ ウインナー なす じゃがいも 乾燥パセリ コンソメ 塩 ごしょう	米 魚(赤魚) 塩 ごしょう 白ワイン 小麦粉 バター なす 玉ねぎ ズッキーニ パプリカ 人参 片栗粉 玉ねぎ トマト水煮 白ワイン 砂糖 塩 ごしょう 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 ごしょう	米 豆腐 鶏挽肉 人参 ほうれん草 椎茸 三つ葉 しょうが しょうゆ 酒 みりん 塩 片栗粉 だしかつお 小松菜 えのき 豚肉 みそ だしかつお	米 大豆水煮 豚肉 玉ねぎ 人参 トマト水煮 しめじ 油 かぼちゃ コーン ブロッコリー しょうゆ みりん 砂糖 りんご酢 油 玉ねぎ 砂糖 豚肉 キャベツ えのき 人参 青ねぎ コンソメ 塩 ごしょう	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 りんご 高野豆腐 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 油 だしかつお ほうれん草 もやし 人参 のり しょうゆ みりん 砂糖	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 ひじき 切干大根 人参 ツナ マヨドレ しょうゆ 塩 砂糖 鶏卵	米 もち米 さつまいも しめじ 人参 鶏肉 しょうゆ 酢 砂糖 塩 昆布 のり ごま 人参 豚肉 砂糖 しょうゆ みりん ごま ごま油 砂糖 みりん 酒 ビーマン もやし ツナ しょうゆ みりん 塩 枝豆	米 鮭 れんこん 三度豆 干し椎茸 しょうゆ 酢 砂糖 塩 昆布 のり ごま 人参 豚肉 砂糖 しょうゆ みりん ごま ごま油 砂糖 みりん 酒 ビーマン もやし ツナ しょうゆ みりん 塩 枝豆	米 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ウインナー コンソメ カレー粉 しょうゆ 塩 ごしょう チンゲン菜 鶏肉 もやし コンソメ 塩 ごしょう	米 魚(さわら) 塩 しょうゆ 酒 しょうが 片栗粉 油 切干大根 ほうれん草 人参 しょうゆ みりん 砂糖 すりごま かぼちゃ 玉ねぎ わかめ 薄揚げ 青ねぎ だしかつお みそ
おやつ	市販菓子	市販菓子	パナナスコーン	さつまいもおにぎり	ケーキサレ	市販菓子	市販菓子	(乳児)水ようかん (幼児)小豆ういろ	新米の塩にぎり	マーマレードポテト	市販菓子	米粉の ブラウニーケーキ	市販菓子	市販菓子
おやつ	市販菓子	市販菓子	スイートポテト	鮭おにぎり	りんごヨーグルト	市販菓子	市販菓子	卵ロールサンド	きなこのおにぎり	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。

おやつ	1日(土)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	21日(金)	29日(土)	31日(月)
	市販菓子	市販菓子	バナナスコーン	さつまいもおにぎり	ケーキサレ	市販菓子	市販菓子	(乳児)水ようかん (幼児)小豆ういろ	新米の塩にぎり	マーマレードポテト	市販菓子	米粉の ブラウニーケーキ	市販菓子	市販菓子
			ホットケーキミックス サラダ油 豆乳 バナナ	米 さつまいも 塩 昆布 黒ごま	ホットケーキミックス ウインナー 豆乳 玉ねぎ ブロッコリー 油			(乳児) こしあん 粉寒天 砂糖 塩  (幼児) わらび餅粉 小麦粉 砂糖 こしあん	米 塩	さつまいも マーマレード 油		米粉 コーンスターチ ベーキングパウダー ココア さつまいも サラダ油 豆腐 砂糖		
	15日(土)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	24日(月)	22日(土)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	♪	♪	♪
	市販菓子	市販菓子	スイートポテト	鮭おにぎり	りんごヨーグルト	市販菓子	市販菓子	卵ロールサンド	きなこのおにぎり	かぼちゃクッキー	市販菓子	♪	♪	♪
		さつまいも バター 砂糖 牛乳	米 鮭 塩	ヨーグルト りんごジャム 砂糖			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	かぼちゃ 小麦粉 バター 砂糖 片栗粉 ほうれん草					