

# 2024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。

※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。

※25日(金)はぽぷら保育園そら組、つき組は遠足です。お弁当をご用意ください。

日・曜	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	15日(火)	18(金)	30(水)
献立名	ごはん 干草焼き 五目豆 <small>キャベツと厚揚げのみそ汁</small>	みそ煮込みうどん 高野豆腐の揚げ煮 小松菜の煮びたし	ごはん 肉じゃが <small>チンゲン菜と豚肉の炒め物</small> きんぴらごぼう	ごはん 麻婆なす <small>切干大根の中華サラダ</small>	豆腐のあんかけ丼 <small>小松菜となめこのみそ汁</small>	ごはん 魚のあんかけ ひじきのマヨサラダ さつま汁	吹き寄せごはん すき焼き風 ピーマンのツナ炒め 黒枝豆	きのこの豆乳クリームパスタ ラタトゥイユ ジュリアンスープ	ごはん 鶏肉のカレーパン粉焼き <small>じゃがいもとブロッコリーのサラダ</small> ほうれん草のスープ	ごはん パン 秋色シチュー さつまいものレモン煮 キャベツのごまマヨサラダ	カレーチャーハン 白菜の中華スープ	ごはん 魚の香味焼き <small>さつまいもと大豆の甘辛炒め</small> 大根のとろみ汁	いなりちらし寿司 <small>厚揚げのそぼろあんかけ</small> カレー豚汁	カレーうどん ツナの三色和え 筑前煮
材料名	米 鶏卵 ひじき 椎茸 三度豆 油 しょうゆ 砂糖 みりん 塩 だしかつお 大豆水煮 人参 れんこん こんにやく 切昆布 砂糖 しょうゆ みりん だしかつお 厚揚げ キャベツ もやし 人参 青ねぎ みそ だしかつお  (果物)	うどん 油 鶏肉 人参 しめじ ちくわ 青ねぎ 薄揚げ 白菜 だしかつお だし昆布 砂糖 みりん みそ しょうゆ 高野豆腐 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 だしかつお 小松菜 人参 薄揚げ しょうゆ みりん 砂糖 だしかつお  果物	牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 椎茸 糸こんにやく 青ねぎ 油 だしかつお しょうゆ 砂糖 酒 みりん チンゲン菜 もやし 豚肉 しょうゆ チキンスープ 塩 ごぼう 人参 砂糖 しょうゆ みりん ごま ごま油  果物	米 なす 玉ねぎ 豚挽肉 人参 ほうれん草 椎茸 三つ葉 しょうが 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 片栗粉 油 片栗粉 ごま油 切干大根 人参 ツナ マヨドレ しょうゆ 塩 砂糖 さつまいも 鶏肉 大根 人参 こんにやく 干し椎茸 青ねぎ だしかつお みそ 人参 チンゲン菜 しょうゆ 塩 片栗粉 チキンスープ  果物	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 塩 みりん 塩 片栗粉 だしかつお 小松菜 大根 なめこ 豚肉 みそ だしかつお  果物	米 魚(サケ) 塩 こしょう 酒 片栗粉 三つ葉 椎茸 えのき だしかつお しょうゆ みりん 片栗粉 ひじき 切干大根 人参 ツナ マヨドレ しょうゆ 塩 砂糖 さつまいも 鶏肉 大根 人参 こんにやく 干し椎茸 青ねぎ だしかつお みそ 黒枝豆 塩  果物	米 もち米 さつまいも しめじ 鶏肉 しょうゆ 酒 砂糖 塩 牛肉 白菜 玉ねぎ えのき 糸こんにやく 白ねぎ 人参 青ねぎ だしかつお 油 しょうゆ 砂糖 みりん 酒 ピーマン 人参 もやし ツナ しょうゆ みりん 塩 黒枝豆 塩  果物	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 こしょう コンソメ 砂糖 油 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 キャベツ 人参 玉ねぎ ベーコン コンソメ 塩 こしょう  果物	米 鶏肉 塩 こしょう カレー粉 パン粉 乾燥パセリ じゃがいも 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 ほうれん草 玉ねぎ 豚肉 えのき 人参 塩 こしょう コンソメ  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 さつまいも 砂糖 レモン汁 塩 ツナ キャベツ きゅうり 人参 ごま マヨドレ 砂糖 しょうゆ 酢  果物	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 こしょう 油 白菜 豚肉 人参 えのき 青ねぎ 塩 こしょう チキンスープ ごま油  果物	米 幼児)魚(アジ) 乳児)魚(サケ) 青ねぎ レモン汁 しょうが しょうゆ 砂糖 みりん さつまいも 大豆水煮 酒 みりん 砂糖 しょうゆ 油 豆腐 大根 しめじ 薄揚げ 青ねぎ しょうゆ 塩 片栗粉 だしかつお  果物	米 干し椎茸 人参 薄揚げ ごま 枝豆 しょうゆ 砂糖 塩 昆布 酢 厚揚げ 合挽肉 片栗粉 砂糖 しょうゆ 油 豚肉 大根 人参 砂糖 れんこん 青ねぎ だしかつお カレー粉 しょうゆ 塩 片栗粉  果物	うどん(乾) 豚肉 玉ねぎ 薄揚げ 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 ツナ コーン 三度豆 人参 しょうゆ 砂糖 酢 ごま ごま油 鶏肉 ごぼう れんこん 人参 こんにやく 油 だしかつお しょうゆ 砂糖 みりん ごま油  果物
おやつ	マールクッキー	新米おにぎり	乳児)水ようかん 幼児)小豆ういろ	市販菓子	市販菓子	市販菓子	かぼちゃプリン	さつまいもおにぎり	ジャムサンド	市販菓子	市販菓子	バナナスコーン	りんごのケーキ	枝豆おにぎり
おやつ	市販菓子	わかめと人参のおにぎり	スイートポテト	ペイクドポテト	市販菓子	市販菓子	卵ロールサンド	鮭おにぎり	りんごヨーグルト	市販菓子	市販菓子	かぼちゃクッキー	♪	♪

※おやつには毎食牛乳がついています。

※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(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	15日(火)	18(金)	30(水)
おやつ	マーブルクッキー	新米おにぎり	乳児)水ようかん 幼児)小豆ういろ	市販菓子	市販菓子	市販菓子	かぼちゃプリン	さつまいもおにぎり	ジャムサンド	市販菓子	市販菓子	バナナスコーン	りんごのケーキ	枝豆おにぎり
	小麦粉 バター 砂糖 片栗粉 牛乳 ココア	米 塩	(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				かぼちゃ 砂糖 豆乳 ゼラチン	米 さつまいも 塩 昆布 黒ごま	食パン 苺ジャム マーガリン			ホットケーキミックス サラダ油 豆乳 バナナ	ホットケーキミックス 鶏卵 砂糖 バター 牛乳 りんご レーズン	米 枝豆 塩 だし昆布
	28日(月)	16日(水)	17日(木)	29日(火)	19日(土)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	31日(木)	♪	♪
	市販菓子	わかめと人参のおにぎり	スイートポテト	ベイクドポテト	市販菓子	市販菓子	卵ロールサンド	鮭おにぎり	りんごヨーグルト	市販菓子	市販菓子	かぼちゃクッキー	♪	♪
	米 人参 しょうゆ 砂糖 わかめ(乾) 塩 酒	さつまいも バター 砂糖 牛乳	じゃがいも 塩 乾燥パセリ ベーコン 片栗粉 コンソメ			麦ロール 鶏卵 きゅうり マヨドレ 塩 こしょう	米 鮭 塩	ヨーグルト りんごジャム 砂糖				かぼちゃ 小麦粉 バター 砂糖 片栗粉 ほうれん草		