

2024年度 10月献立表

幼児弁当日 18日
カトリック希望の家こども園

日	15(火)・28(月)	1・29(火)	2・16・30(水)	3・17・31(木)	4・18(金)	5(土)
昼食	♡しめじご飯 鯖の生姜煮 ◎わかめのナムル (保護者からのメニュー) みそ汁	ご飯 麻婆厚揚げ ☆中華風 コーンスープ	発芽玄米ご飯 かしわのねぎ塩麩 焼き 小松菜のじゃこ和え すまし汁	ご飯 ポークビーンズ ☆ソップサユル ～インドネシア料理～	鮭のちらし寿司 みそ汁	運動会
	米 しめじ 油あげ しょうゆ 三温糖 鯖 生姜 しょうゆ麩 酒 みりん 三温糖 わかめ 豆もやし 人参 にんにく ごま油 しょうゆ麩 ごま 木綿豆腐 ほうれん草 米みそ だし(煮干し、昆布)	米 厚揚げ 豚ミンチ 鶏レバー 玉ねぎ 赤パプリカ ニラ 白ねぎ にんにく 生姜 赤みそ 米みそ しょうゆ麩 三温糖 なたね油 片栗粉 クリームコーン 鶏ガラ 白ねぎ 生姜 塩 しょうゆ 片栗粉	米 発芽玄米 かしわ もも肉 白ねぎ にんにく 塩麩 小松菜 高野豆腐 きゃべつ 人参 ちりめんじゃこ しょうゆ 三温糖 里芋 大根 えりんぎ しょうゆ 塩 だし(昆布、削り節)	米 豚ミンチ 大豆 玉ねぎ かぼちゃ じゃが芋 黄パプリカ トマト水煮缶 ケチャップ とんかつソース 米粉 しょうゆ麩 かしわ もも肉 じゃが芋 白ねぎ キャベツ セロリ にんにく チンケ(グローブ) 鶏ガラ ローリエ 塩	米 鮭 人参 高野豆腐 かんぴょう 干し椎茸 三度豆 米酢 三温糖 塩 昆布 しょうゆ そうめん なすび 油あげ えのき茸 米みそ だし(煮干し、昆布)	19(土) 塩ラーメン バナナ 中華麺 豚肉 キャベツ 人参 太もやし スィードコーン 小松菜 ちりめんじゃこ ごま 無添加中華だし だし(削り節) 塩 しょうゆ なたね油 バナナ
おやつ	きな粉クッキー きな粉 米粉 ベーキングパウダー 三温糖 スキムミルク なたね油 ぎゅうにゅう 牛乳	菓子 かむ昆布 スキムミルク スキムミルク ミルクココア 三温糖	バナナヨーグルト バナナ ヨーグルト 三温糖 お茶	ツナとチーズの サンドイッチ 食パン ツナ きゅうり マヨドレ チーズ ぎゅうにゅう 牛乳	フライドポテト じゃが芋 なたね油 塩 ぎゅうにゅう 牛乳	菓子 菓子
	米 鶏ミンチ にら 玉ねぎ れんこん にんにく 木綿豆腐 片栗粉 しょうゆ麩 酒 塩 さつまいも 三温糖 しょうゆ きゃべつ チンゲン菜 油あげ 米みそ だし(煮干し、昆布)	米 納豆 ちりめんじゃこ しょうゆ麩 かしわ もも肉 刻み昆布 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく なたね油 しょうゆ麩 三温糖 高野豆腐 ほうれん草 米みそ だし(煮干し、昆布)	米 木綿豆腐 鶏ミンチ 人参 椎茸 三つ葉 片栗粉 しょうゆ麩 みりん 塩 切干大根 きゅうり きゃべつ ツナ ごま 米酢 しょうゆ 三温糖 かぼちゃ かいわれ大根 米みそ だし(煮干し、昆布)	米 発芽玄米 豚肉 刻み海苔 塩麩 小麦粉 米粉 なたね油 太もやし 小松菜 油あげ しょうゆ だし(削り節) しょうゆ 三温糖 わかめ 玉ねぎ しょうゆ 塩 だし(昆布、削り節)	米 秋刀魚 塩 ひじき 厚揚げ ごぼう 人参 小松菜 ごま なたね油 しょうゆ麩 三温糖 だし(削り節) 大根 豆苗 じゃが芋 無調整豆乳 みそ だし(昆布・煮干し)	うどん 油あげ 人参 小松菜 ちりめんじゃこ だし(昆布、削り節) しょうゆ 塩 みりん 片栗粉 バナナ 菓子
おやつ	かぼちゃドーナツ かぼちゃ レーズン 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 スキムミルク なたね油 ぎゅうにゅう 牛乳	菓子 煮干し ばら:しらす干し ぎゅうにゅう 牛乳	豆乳ゼリー ～いちごソース～ 無調整豆乳 粉寒天 三温糖 いちごジャム 米粉 ぎゅうにゅう 牛乳	♡さつまいものガレット さつまいも バター なたね油 三温糖 ぎゅうにゅう 牛乳	♡柿 菓子 スキムミルク スキムミルク ミルクココア 三温糖	菓子 ◎保護者からの メニュー ☆多文化メニュー 旬の食材や献立