

ねんと がつこんだてひょう
2022年度10月献立表

幼児弁当日12日(水)
希望の家 カトリック保育園

	3・24 (月)	4・18 (火)	5・19 (水)	6・20 (木)	7・21 (金)	1・22 (土)
昼食	ごはん ふわふわあげ あらめの炊いたん なめこのみそ汁	麦ごはん 鮭と長芋のチーズ焼き ♡白菜の柚子和え 厚揚げのすまし汁	パン ☆タンドリ-チキン 豆乳チャウダー	ごはん ☆プルコギ もやしのナムル わかめスープ	ごはん ♡茄子のみそ煮 切干大根のごま酢和え 豆腐のすまし汁	鶏肉とごぼうの ピラフ 白菜のみそ汁
材料	米 木綿豆腐 鶏ミンチ しいたけ 青ねぎ 片栗粉 しお しょうゆ サラダ油 あらめ 人参 さば缶 土生姜 しょうゆ さとう だし(削り節) なめこ 三つ葉 みそ だし(昆布・煮干し)	米 押麦 鮭 長芋 玉ねぎ チーズ みそ 塩 白菜 人参 菊菜 太もやし ゆず しょうゆ さとう 厚揚げ しめじ かわわれ大根 しょうゆ だし(昆布・削り節)	フランスパン 鶏肉 カレー粉 マヨドレ ケチャップ 塩 蕪 白菜 南瓜 玉ねぎ 小松菜 ウインナー まいたけ 豆乳 グリーンピース 鶏がら ローリエ 塩	米 牛肉 玉ねぎ 人参 にら 白ねぎ 韓国春雨 しょうゆ さとう 酒 豆もやし 青梗菜 ごま油 塩 わかめ えのき しょうゆ だし(昆布・削り節)	米 ちりめんじゃこ 茄子 豚肉 鶏レバー 白ねぎ こんにゃく 赤みそ しょうゆ さとう みりん 切干大根 人参 絹さや ごま さとう 米酢 しょうゆ 豆腐 青ねぎ しょうゆ だし(昆布・削り節)	米 鶏肉 ごぼう 人参 小松菜 ちりめんじゃこ しょうゆ さとう 酒 だし(削り節) 白菜 厚揚げ 青ねぎ みそ
おやつ	チーズ するめ 牛乳	南瓜ケーキ 牛乳	納豆チャーハン 牛乳	かむこんぶ おかし スキムミルク	柿 おかし 牛乳	おかし
		南瓜 小麦粉 ベーキングパウダー さとう 豆乳 サラダ油	米 納豆 ちりめんじゃこ しょうゆ	スキムミルク さとう ココア		
	17・31 (月)	11・25 (火)	12・26 (水)	13・27 (木)	14・28 (金)	15・29 (土)
昼食	豚きのこカレー ♡蕪のピクルス 青梗菜のスープ	麦ごはん ♡さんまの竜田揚げ 白和え 根菜汁	ごはん ♡鶏肉の幽庵焼 厚揚げと里芋の煮物 さつま汁	ごはん おからハンバーグ 南瓜サラダ 麩のみそ汁	ごはん 鶏さっぱり煮 白菜の昆布和え わかめのすまし汁	はいからうどん チーズ バナナ
材料	米 豚肉 しめじ 玉ねぎ じゃがいも 人参 カレールウ カレー粉 ケチャップ ソース さとう 蕪 米酢 さとう 塩 青梗菜 白菜 鶏がら 塩 白ねぎ 土生姜	米 押麦 さんま 片栗粉 しょうゆ 土生姜 サラダ油 ほうれん草 人参 こんにゃく 厚揚げ みそ さとう しょうゆ ごぼう 大根 しいたけ 青ねぎ しょうゆ だし(昆布・削り節)	米 ちりめんじゃこ 鶏肉 ゆず しょうゆ 酒 厚揚げ 里芋 人参 三度豆 さとう しょうゆ みりん 酒 さつまいも こんにゃく 玉ねぎ 小松菜 みそ だし(昆布・煮干し)	米 おから 豚ミンチ しいたけ 納豆 青ねぎ しょうゆ みそ さとう 南瓜 人参 きゅうり ツナ缶 マヨドレ 塩 蕪 小松菜 みそ だし(昆布・煮干し)	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 豆苗 米酢 さとう しょうゆ みりん 白菜 小松菜 太もやし 塩昆布 わかめ 豆腐 青ねぎ しょうゆ だし(昆布・削り節)	うどん かまぼこ 天かす 小松菜 人参 ちりめんじゃこ 青ねぎ しょうゆ さとう みりん だし(昆布・削り節) スライスチーズ バナナ
おやつ	にゅうじ:じゃこ ようじ:うるめ おかし スキムミルク	ぶどうゼリー 牛乳	きな粉ちんすこう 牛乳	手作りコーンパン 牛乳	りんご おかし 牛乳	おかし
	スキムミルク さとう ミロ	ぶどうジュース さとう アガー	きなこ 小麦粉 ラード さとう	中力粉 ドライイースト さとう 塩 オリーブ スイートコーン		

☆: 多文化メニュー ♡: 旬の食材 仕入の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください