

2020年度 10月献立表

幼児弁当日(金)
希望の家 カリック保育園

日	12・26(月)	13・27(火)	14・28(水)	1(木)	2・16・30(金)	3・31(土)
昼食	麦ごはん ♡さんまのかば焼き おからの炊いたん きゃべつの清汁	♡秋野菜カレー 大根サラダ	パン 鶏肉と豆腐の ホロソースグラタン ポトフ	★ピロシニ ★タンク 米、鶏ミンチ 豆もやし、大根、人参 小松菜、ごま油、米酢 さとう、しょうゆ、韓国のり	ごはん 豚肉のガーリック炒め 長芋の塩焼き 白菜のみそ汁	ほうとう風うどん バナナ
材料	米、押麦 さんま、片くり粉 サラダ油、しょうゆ さとう、酒、みりん	米、豚肉 さつま芋、玉ねぎ しめじ、レノン 鶏ガラ、ローリエ カレー粉、カレーウ ケチャップ、ソース	パン 鶏肉、鶏レバー 豆腐、玉ねぎ 南瓜、ケチャップ マヨネーズ、ソース さとう、サラダ油	牛肉、大根、豆腐 しいたけ、あさり 酒、みりん、しょうゆ だし(昆布、削り節) 15・29(木) ♡鮭とぎのこのちりし寿司 ♡芋煮汁	米 豚肉、豆苗 太もやし、人参 エリンギ、茄子 にんにく、しょうゆ さとう、サラダ油	うどん 豚肉 大根 南瓜、油あげ 青ねぎ みそ、酒、みりん だし(昆布、削り節)
	おから、人参 油あげ、しいたけ 青ねぎ、酒、みりん しょうゆ、だし(削り節)	大根、木菜、人参 きゃうり、ちりめんじゃこ 米酢、塩 しょうゆ、サラダ油	ウインナー、セロリ じゃが芋 きゃべつ ブロッコリー 鶏ガラ、ローリエ 塩	♡鮭とぎのこのちりし寿司 ♡芋煮汁	長芋 塩	バナナ
	きゃべつ、みそ しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)			米、鮭、高野豆腐 レノン、しめじ、モヤサヤ 粉酢、さとう、しょうゆ、塩	白菜 わかめ みそ だし(昆布、煮干し)	17(土)
				里芋、牛肉、こんにゃく ごぼう、人参、青ねぎ 酒、みりん、しょうゆ だし(昆布、削り節)		運動会 《持ち帰り給食》
おやつ	うどんきょうざ 牛乳 うどん 豚ミンチ、ニラ きゃべつ しょうゆ、片くり粉 サラダ油	♡柿 菓子 牛乳	ねぎじゃこチーハン 牛乳 米 ちりめんじゃこ 青ねぎ しょうゆ	1日、おはぎ風月見団子 牛乳 米、あんこ、塩 15・29日 小豆むしパン 牛乳 小麦粉、豆乳、あんこ さとう、サラダ油 ベーキングパウダー	かぶ昆布 菓子 スキムミルク ミロ さとう	菓子
	5・19(月)	6・20(火)	7・21(水)	8・22(木)	9・23(金)	10・24(土)
昼食	麦ごはん ♡鯖の塩焼き 小松菜と油あげの和え物 茄子のみそ汁	ごはん ふわふわ揚げ ♡ちんげん菜ののり和え 南瓜の清汁	♡さつま芋ごはん 豚肉のオイスター炒め ゆばの清汁	ごはん 筑前煮 ほうれん草のおかか和え わかめのみそ汁	マーボ厚あげ丼 春雨スープ	千キンライス 大根の清汁
材料	米、押麦 鯖 酒、塩 小松菜 白菜、人参 油あげ しょうゆ、さとう ごま油	米 木綿豆腐 鶏ミンチ、みじき しいたけ、青ねぎ 片くり粉、塩 しょうゆ、サラダ油	米、さつま芋 塩、黒ごま 豚肉、玉ねぎ きゃべつ、ピーマン まいたけ 土生毒、オイスターソース 酒、しょうゆ さとう、サラダ油	米、ちりめんじゃこ 鶏肉、レノン ごぼう、さとう芋、こんにゃく 人参、しいたけ 酒、みりん、しょうゆ だし(削り節)	米 豚ミンチ、鶏レバー 厚あげ、玉ねぎ ニラ 赤みそ、さとう、しょうゆ 片くり粉、にんにく 土生毒	米 鶏肉 玉ねぎ マッシュルーム スイートコーン グリーンピース ケチャップ、ソース 塩、サラダ油
	茄子 木菜 みそ だし(昆布、煮干し)	ちんげん菜 人参、きゃうり のり しょうゆ、さとう	ゆば みそ しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)	ほうれん草 太もやし かつお節 しょうゆ、さとう	春雨 ちんげん菜 鶏ガラ 白ねぎ、土生毒 しょうゆ、塩	大根 青ねぎ しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)
		南瓜、玉ねぎ しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)		わかめ、青ねぎ みそ だし(昆布、煮干し)		
おやつ	♡焼き芋 牛乳 さつま芋	マカロニきな粉 牛乳 マカロニ きな粉 さとう	するめ 菓子 スキムミルク ミロ さとう	♡梨 菓子 牛乳	じゃがもち 牛乳 じゃが芋、塩 片くり粉 しょうゆ	菓子

☆: 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