

2020年度 10月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (木)	卵とじうどん いりこ かぼちゃのサラダ ゼリー	うどん、卵、鶏もも肉、たまねぎ、長ねぎ、にんじん、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、塩、片栗粉 いりこ かぼちゃ、たまねぎ、きゅうり、マヨネーズ、塩 ゼリー	牛乳 お月見だんご (白玉粉、あんこ、砂糖) 0、1歳はきなこおはぎ	17日 (土)	だいちぐみ 行事		
2日 (金)	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め トマトときゅうりのサラダ みそ汁 ゼリー	米 豚もも肉、にんじん、キャベツ、たまねぎ、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん トマト、きゅうり、ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 焼きいも (さつまいも)	19日 (月)	ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ チーズ ゼリー	米、牛もも肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ハヤシルウ、トマト缶、油 キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油 チーズ ゼリー	ヤクルト (3~5歳) 牛乳 (1~2歳) ふかしいも (さつまいも)
3日 (土)	三色丼 きゅうりのサラダ みそ汁	米、鶏ミンチ、ほうれん草、にんじん、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、塩、油 きゅうり、もやし、酢、しょうゆ、砂糖、塩 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	20日 (火) 誕生日会	ごはん 鶏の唐揚げ/フライドポテト マカロニサラダ 和風スープ ゼリー	米 鶏もも肉、じゃがいも、小麦粉、片栗粉、酒、しょうゆ、塩、油 マカロニ、にんじん、きゅうり、コーン缶、ツナ缶、トマト、マヨネーズ たまねぎ、キャベツ、ほうれん草、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、卵、砂糖、牛乳、油、生クリーム、柿、りんご)
5日 (月)	ごはん/手作りふりかけ チンジャオロース ひじきのサラダ すまし汁 ゼリー	米、昆布、かつおぶし、白ごま、しょうゆ、砂糖 豚もも肉、ピーマン、たまねぎ、しょうゆ、みりん、米みそ、油 ひじき、にんじん、キャベツ、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、ごま、しょうゆ たまねぎ、しいたけ、焼き麩、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 ココロラスク (食パン、バター、砂糖)	21日 (水)	ごはん/ひじき納豆 鮭の甘酢あんかけ チンゲン菜のしらす和え みそ汁 ゼリー	米、納豆、ひじき、ごま、しょうゆ 鮭、たまねぎ、にんじん、小麦粉、片栗粉、酢、砂糖、しょうゆ、油 チンゲンサイ、にんじん、しらす干し、しょうゆ、みりん、ごま油 絹ごし豆腐、かぼちゃ、えのき、たまねぎ、うすあげ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 パリパリピザ (餃子の皮、ケチャップ、たまねぎ、コーン缶、ツナ缶、ピザチーズ)
6日 (火)	ごはん 鱈の照り焼き 切り干し大根の酢の物 みそ汁 ゼリー	米 鱈、しょうが、酒、しょうゆ、砂糖、みりん 切り干し大根、きゅうり、にんじん、もやし、ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 絹ごし豆腐、えのき、たまねぎ、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 あんこパイ (パイシート、こしあん)	22日 (木)	きつねうどん いりこ かぼちゃのそぼろ煮 ゼリー	うどん、うすあげ、ほうれん草、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、塩 いりこ 鶏ひき肉、かぼちゃ、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、油 ゼリー	牛乳 ポールドーナツ (ホットケーキミックス、白玉粉、砂糖、油)
7日 (水) 流しそうめん	そうめん 鱈の照り焼き 温野菜 ~マヨネーズ添え~ ゼリー	そうめん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん 鶏もも肉、しょうゆ、みりん、砂糖 きゅうり、トマト、プロッコリー、マヨネーズ ゼリー	牛乳 菓子パン	23日 (金)	お弁当の日		牛乳 市販菓子
8日 (木)	カレーライス コールスローサラダ チーズ ゼリー	米、牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレールウ、コンソメ、ケチャップ、油 キャベツ、にんじん、きゅうり、トマト、コーン缶、マヨネーズ チーズ ゼリー	牛乳 ごへいもち (米、米みそ、砂糖、みりん)	24日 (土)	チキンライス キャベツのサラダ 和風スープ	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ケチャップ、塩 キャベツ、ツナ缶、酢、砂糖、油 もやし、にんじん、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
9日 (金)	ごはん 揚げチキンのネギソース さつまいものサラダ 和風スープ ゼリー	米 鶏もも肉、青ねぎ、しょうゆ、酢、砂糖、白ごま、小麦粉、片栗粉、油 さつまいも、きゅうり、ツナ缶、トマト、マヨネーズ キャベツ、えのき、ほうれん草、にんじん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩 ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト/ウエハース (ヨーグルト、砂糖、バナナ、もも缶、みかん缶)	26日 (月)	鮭の混ぜごはん 炊き合わせ 豚汁 ゼリー	米、鮭、わかめ、大葉、ごま、しょうゆ、塩、 高野豆腐、にんじん、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 豚もも肉、絹ごし豆腐、にんじん、ごぼう、だいこん、こんにゃく、さつまいも、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 もちりパンケーキ (ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、ヨーグルト、卵)
10日 (土)	豚丼 もやしのごま和え みそ汁	米、豚もも肉、たまねぎ、酒、しょうゆ、砂糖 もやし、きゅうり、ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、焼き麩、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	27日 (火)	ごはん 鱈の塩焼き れんこんのきんぴら すまし汁 ゼリー	米 鱈(乳児は鱈)、塩 れんこん、ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん、酒、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま たまねぎ、ほうれん草、えのき、わかめ、エリンギ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 フルーツ盛り合わせ (柿、バナナ、りんご)
12日 (月)	ラーメン いりこ 煮豆 ゼリー	中華麺、鶏ひき肉、チンゲン菜、コーン缶、もやし、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩、ごま油 いりこ 金時豆、砂糖 ゼリー	牛乳 フレンチトースト (食パン、卵、牛乳、砂糖、バター、粉砂糖)	28日 (水)	ごはん ちくわの鶏団子/じゃがいもの素揚げ わかめときゅうりの酢の物 すまし汁 ゼリー	米 ちくわ、じゃがいも、小麦粉、ベーキングパウダー、青のり、油 わかめ、きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、キャベツ、ほうれん草、しいたけ、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、マヨネーズ、粉チーズ、青のり)
13日 (火)	ごはん/納豆 鮭の味噌焼き ほうれん草のお浸し すまし汁 ゼリー	米、納豆 鮭、米みそ、酒、みりん、砂糖 ほうれん草、にんじん、うすあげ、ごま、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、キャベツ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 春巻き (春巻きの皮、じゃがいも、チーズ、ベーコン、塩小麦粉)	29日 (木)	カレーうどん さつまいものレモン煮 スティック野菜/トマト~ゴママヨネーズ添え~ ゼリー	うどん、牛もも肉、にんじん、たまねぎ、うすあげ、葉ねぎ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、みりん、カレールウ、片栗粉 さつまいも、レモン、砂糖 にんじん、きゅうり、アスパラ、トマト、白ごま、マヨネーズ ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト/ウエハース (ヨーグルト、砂糖、りんご、バナナ、みかん缶)
14日 (水)	肉じゃが 中華風サラダ みそ汁 ゼリー	米 牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、砂糖、みりん もやし、きゅうり、ごまつな、しらす干し、ごま、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油 厚揚げ、だいこん、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 オレンジゼリー/ウエハース (みかんジュース、みかん缶、アガー(寒天)、砂糖)	30日 (金)	ごはん 鮭の塩焼き はくさいのごま酢和え すまし汁 ゼリー	米 鮭、塩 はくさい、ほうれん草、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、塩、ごま 絹ごし豆腐、キャベツ、えのき、ごまつな、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 かぼちゃプリン (かぼちゃペースト、牛乳、砂糖、生クリーム、アガー)
15日 (木)	ナポリタン ポテトサラダ 野菜たっぷりスープ ゼリー	スパゲティ、たまねぎ、ピーマン、ウインナー、ケチャップ、ウスターソース、油 じゃがいも、きゅうり、にんじん、りんご、コーン缶、マヨネーズ はくさい、にんじん、たまねぎ、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 マシュマロフレーク (コーンフレーク、バターマシュマロ)	31日 (土)	チャーハン きゅうりの酢の物 みそ汁	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油 きゅうり、もやし、わかめ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、焼き麩、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
16日 (金)	さつまいもごはん 鱈の塩焼き 高野豆腐の卵とじ みそ汁 ゼリー	米、さつまいも、塩、黒ごま 鱈(乳児は鱈)、塩 高野豆腐、鶏もも肉、にんじん、いんげん、卵、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 たまねぎ、じゃがいも、えのき、うすあげ、ごまつな、かつお昆布だし、米みそ ゼリー	牛乳 ジャムトースト (食パン、りんご、砂糖、レモン汁)				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりようりの部屋：河田・廣田より