



10がつこんだて

(うさぎ)(幼児)

熱量 542kcal タンパク質19.5g

吉祥院保育園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
1 ・ 15 ・ 29 (月)	ごはん 麻婆大根 味噌汁	米 豚ミンチ 大根 玉葱 人参 青葱 醤油 味噌 片栗粉 胡麻油 ソーメン 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	スイートポテト 薩摩芋 砂糖 卵 牛乳	22 ・ (月)	ごはん 変わりシュウマイ 野菜のツナ和え 味噌汁	米 豚ミンチ 玉葱 片栗粉 青葱 グリンピース みりん 醤油 胡麻油 片栗粉 小麦粉 キャベツ 人参 三度豆 ツナ 砂糖 醤油 麩 油揚げ わかめ 昆布 味噌	カステラ 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (火)	麦ごはん 炒り豆腐 胡瓜の酢漬け 味噌汁	米 麦 鶏ミンチ 豆腐 卵 玉葱 グリンピース 人参 砂糖 醤油 片栗粉 胡瓜 酢 砂糖 醤油 じゃが芋 白菜 昆布 味噌	(2日・30日) マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ (16日)玄米パン 牛乳	9 ・ 23 (火)	ごはん 煮魚 酢の物 味噌汁	米 鯖 砂糖 醤油 酒 みりん 春雨 胡瓜 人参 ハム 砂糖 醤油 酢 豆腐 玉葱 青葱 昆布 味噌	菜飯のおにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油 白胡麻 牛乳
3 ・ 17 ・ 31 (水)	ごはん 鶏の照り煮 竹輪とわかめの炒め煮 味噌汁	米 鶏もも肉 酒 砂糖 醤油 竹輪 わかめ 人参 キャベツ 砂糖 醤油 白胡麻 油 豆腐 しめじ 葱 昆布 味噌	ヨーグルト ソルトクラッカー2枚 牛乳	10 ・ 24 (水)	夕焼けごはん 手羽元の醤油焼き ポテトサラダ 味噌汁	米 人参 酒 塩 薄口醤油 手羽元 醤油 みりん 酒 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 ハム マヨネーズ キャベツ 麩 昆布 味噌	ミルクゼリー 牛乳 ゼラチン 砂糖 生クリーム レモン ヨーグルト ルヴァン2枚 牛乳
4 ・ 18 (木)	ごはん 鮭の西京焼き 白菜の煮物 澄まし汁	米 鮭 白味噌 味噌 酒 白菜 人参 大根 油揚げ 砂糖 醤油 麩 玉葱 オクラ 昆布 鰹節 薄口醤油	コーン入りホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン クリームコーン ベーキングパウダー 牛乳	11 ・ 25 (木)	ごはん 根野菜の胡麻味噌炒め かきたま汁	米40 鶏こま ごぼう 蓮根 こんにゃく 人参 大根 砂糖 醤油 味噌 白胡麻 胡麻油 玉葱 人参 えのき 小松菜 わかめ 卵 昆布 鰹節 薄口醤油 片栗粉	揚げ芋 薩摩芋 油 牛乳
5 ・ 19 (金)	カレーライス 野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 しめじ えのき まいたけ 油 カレールウ コンソメ 小麦粉 キャベツ 人参 胡瓜 ベーコン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	バナナ2/3 花形ビスケット 2枚 牛乳	12 ・ 26 (金)	ごはん 豚じゃが 昆布1枚 味噌汁	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 油 砂糖 醤油 油1 砂糖1 醤油2 昆布 大根 なめこ 青葱 昆布 味噌	りんごとチーズのケーキ 小麦粉 りんご 砂糖 油 卵 チーズ ベーキングパウダー 牛乳
6 ・ 20 (土)	肉うどん 野菜の胡麻煮	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 人参 玉葱 すり胡麻 砂糖 醤油	スナックスティックパン 牛乳	13 (土)	具だくさんうどん 南瓜煮	うどん 鶏こま 白菜 玉葱 人参 青葱 胡麻油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 砂糖 醤油	バターロール 牛乳
備 考	10日(水) 乳児お弁当保育 11日(木) きりんぐみ 芋ほり 16日(火) 幼児遠足	17日(水)保育参加 *ごはん 米 *鶏の照り煮 鶏もも肉 酒 砂糖 醤油 *竹輪とわかめの炒め煮 竹輪 わかめ 人参 キャベツ 砂糖 醤油 白胡麻 油 *味噌汁 豆腐 しめじ 葱 昆布 味噌 <おやつ> *ヨーグルト *ソルトクラッカー2枚 *牛乳		24日(水)お誕生日会 夕焼けごはん 米 人参 酒 塩 薄口醤油 *手羽元の醤油焼き 手羽元 醤油 みりん 酒 *ポテトサラダ じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 ハム マヨネーズ *味噌汁 キャベツ 麩 昆布 味噌 <おやつ> *ミルクゼリー 牛乳 ゼラチン 砂糖 生クリーム レモン ヨーグルト *ルヴァン 2枚 *牛乳		27日(土) *カレーライス *マカロニサラダ (おやつ) *バターロール *牛乳 27日(土) らいおんぐみ保育参加	

*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。