



10月こんだて



熱量 522kcal タンパク質 22.4g (うさぎ)(幼児)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
26	ごはん 南瓜のそぼろ煮 ・ ミニフィッシュ	米 豚ミンチ 南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 ミニフィッシュ	米粉と豆腐のブラウニー 米粉 片栗粉 油 ベーキングパウダー ココア 砂糖 豆腐	5 ・ 19	ごはん 薩摩芋のグラタン ・ ブロッコリーの胡麻和え	米 シーチキン 玉葱 人参 薩摩芋 小麦粉 牛乳 粉チーズ マーガリン コンソメ ブロッコリー 砂糖 醤油 すり胡麻	オレンジゼリー オレンジ果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 みかん缶
(月)	味噌汁	ソーメン 法蓮草 さつま揚げ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	白菜 玉葱 油揚げ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
13 ・ 27	ごはん ☆鮭のさざれ焼き ・ 大根の金平	米 鮭 マヨネーズ パン粉 大根 人参 こんにゃく 竹輪 青葱 黒胡麻 砂糖 醤油 油	(13)ぼうしパン バターロール 卵 マーガリン 砂糖 小麦粉 (27)五穀パン 牛乳	6 ・ 20	ごはん 鶏肉の味噌焼き ・ ひじきの炒め煮	米 鶏もも肉 味噌 酒 砂糖 醤油 ひじき 人参 油揚げ じゃが芋 砂糖 醤油 油	お好み焼き 小麦粉 キャベツ 豚肉 卵 長芋 だし 鰹節 青のり ソース
(火)	味噌汁	麩 小松菜 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(火)	澄まし汁	豆腐 なめこ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳
14 ・ 28	カレーライス ・ 根野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ 小麦粉 油 キャベツ 胡瓜 人参 ごぼう 蓮根 ハム すり胡麻 砂糖 醤油 酢 胡麻油	ヨーグルト りんご	7 ・ 21	ナポリタン ・ 果物(バナナ・柿)	スパゲッティ 油 人参 玉葱 ピーマン ハム 醤油 しめじ コンソメ ケチャップ 粉チーズ トマト缶 バナナ 柿	五目おにぎり 米 胡麻油 胡麻 豚ミンチ 切干大根 人参 ピーマン 砂糖 醤油
(水)			牛乳	(水)	コンソメスープ	卵 玉葱 青梗菜 コーン コンソメ	牛乳
1 ・ 15 ・ 29	ごはん ・ 肉豆腐の卵とじ風 ・ 胡瓜の酢漬け	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 青梗菜 卵 砂糖 醤油 片栗粉 油 胡瓜 酢 砂糖 醤油	スイートポテト 薩摩芋 牛乳 卵 砂糖	8 ・ 22	ごはん 豆腐ハンバーグ ・ パンプキンサラダ	米 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 ハム 油 マヨネーズ	☆ココアフレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン ココア
(木)	味噌汁	キャベツ 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	麩 人参 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	牛乳
2 ・ 16 ・ 30	ごはん ・ 鶏のからあげ ・ 中華春雨	米 鶏もも肉 醤油 酒 卵 片栗粉 小麦粉 油 春雨 人参 玉葱 胡瓜 ハム 酢 砂糖 醤油 胡麻油 胡麻	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖	9 ・ 23	栗ご飯 焼魚 ・ 根野菜の煮物	米 栗 塩 酒 鯖 塩 大根 人参 ごぼう 蓮根 油揚げ 砂糖 醤油	クッキー 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン
(金)	味噌汁	大根 しめじ 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(金)	味噌汁	キャベツ えのき わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
3 ・ 17 ・ 31	かやくうどん ・ じゃが芋の土佐煮	うどん 法蓮草 かまぼこ 人参 卵 油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 鰹節	スナックスティックパン	10	麻婆豆腐丼 味噌汁	米 豆腐 豚ミンチ 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 南瓜 玉葱 人参 小松菜 昆布 鰹節 味噌	ぶどうパン
(土)			牛乳	(土)			牛乳
備 考	24(土)運動会 【うさぎのみ】 * チャーハン * 味噌汁 【幼児のみ】 * 持ち帰り給食	米 玉葱 人参 ささみ 砂糖 醤油 青葱 卵 油 醤油 塩 南瓜 玉葱 人参 小松菜 昆布 鰹節 味噌 * 米粉パン * ふわふわロール * りんごジュース					28(水)お誕生日会



* 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。
* ☆マークは、新メニューです。