

2021年 10月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土	
				1	2	
				赤飯 精白米 もち米 小豆 すき焼き風煮 牛肉 焼き豆腐 白菜 人参 糸こんにゃく えのき 長ねぎ きゅうりとしらすの酢の物 きゅうり しらす カットわかめ 鯛のすまし汁 鯛 ほうれん草 えのき ピザトースト 食パン 玉ねぎ ピーマン ケチャップ チーズ ベーコン	かやくうどん うどん 鶏肉 かまぼこ 白菜 人参 えのき 青ねぎ フライドポテト じゃがいも 塩 きなごまカロニ マカロニ きなご 砂糖 塩	
4	5	6	7	8	9	
ごはん 精白米 いわしのかばやき いわし 生姜 高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 卵 玉ねぎ にゅうめん そうめん 白菜 青ネギ えのき チョコバナナ バナナ チョコレート にんじんクッキー 人参 ホットケーキミックス バター	ごはん 精白米 ささみのみそ汁 ささみ 八丁味噌 きんぴら 人参 糸こんにゃく ましたけ ごま 汁麩のすまし汁 汁麩 生わかめ 京揚げ かいわれ ココアマフィン ココア 小麦粉 BP 牛乳 卵 砂糖 バター 生クリーム	きのこカレー 精白米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 エリンギ しめじ コールスロー キャベツ ブロッコリー コーン マヨレ フルーツポンチ 黄桃缶 マスカット 甘納豆 牛乳寒天 チーズとクラッカー	ごはん 精白米 さわらの照り焼き さわら 生姜 小松菜のおかか煮 小松菜 人参 京揚げ 花かつお じゃがいものみそ汁 じゃがいも 玉ねぎ アロエヨーグルト 大学芋 さつまいも 砂糖 醤油	ごはん 精白米 天ぷら えび 玉ねぎ 卵 さつまいも かぼちゃ ほうれん草のごま和え ほうれん草 ごま もやし 白菜のみそ汁 白菜 京揚げ 豆腐	木の葉丼 かまぼこ 玉ねぎ 青ねぎ 卵 京揚げ えのき 大根甘酢漬 大根 ほうれん草のみそ汁 ほうれん草 豆腐 えのき	
11	12	13	14	15	16	
秋色ごはん 精白米 鶏肉 えのき しめじ ましたけ ぎんなん 京揚げ がんもの炊き合わせ がんも かぼちゃ さつまいも 豚汁 豚肉 白菜 豆腐 青ねぎ もやし 巨峰 みたらしだんご 上新粉 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉	いなり寿司 精白米 すしあげ ひじき ごま 人参 白菜の塩麹漬 白菜 塩麹 カニカマのすまし汁 カニカマ ほうれん草 えのき フルーツヨーグルト ヨーグルト 脱脂粉乳 バナナ 黄桃缶 パンブキシナーキ かぼちゃ 小麦粉 BP 牛乳 砂糖 卵 バター	ロールパン クリームシチュー 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 牛乳 バター きゅうりのピクルス漬 きゅうり パプリカ カルピスゼリー カルピス 寒天 二色おにぎり 精白米 ふりかけ 味付のり 花かつお	ごはん 昆布佃煮 精白米 昆布 かつお節 おでん じゃがいも 大根 ウインナー 絹揚げ ちくわ えびだんごのすまし汁 えび 白身すり身 豆腐 白菜 えのき 梨 ハムマフィン ハム 小麦粉 BP 豆腐 砂糖 ケチャップ サラダ油	焼きそば 中華めん 豚肉 キャベツ 人参 青のり わかめスープ 生わかめ 玉ねぎ コーン 白ゴマ ハム もやし 卵白 オレンジ オレンジ きなご揚げパン ロールパン きなご 砂糖	肉うどん うどん 牛肉 ほうれん草 玉ねぎ えのき オレンジ ライフビスケット	
18	19	20	21	22	23	
秋サバのちらし寿司 精白米 鯖 しば漬け ごま きゅうり もみのり 卵 ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 花かつお のっぺい汁 大根 里芋 人参 豆腐 こんにゃく 京揚げ スイートポテト さつまいも 生クリーム 砂糖 卵黄	さつまいもごはん 精白米 さつまいも 黒ごま さんまの塩焼き 大根おろし さんま 大根 キャベツのじゃこ煮 キャベツ 人参 ちりめん かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ ほうれん草 京揚げ フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 バター	十六穀ごはん 精白米 十六穀米 肉じゃが 牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく しめじ もずくの酢の物 もずく きゅうり しらす 小松菜のみそ汁 小松菜 京揚げ 豆腐 おはぎ 精白米 もち米 こしあん きなご 砂糖 塩	みそラーメン 中華めん 豚肉 白菜 もやし 人参 青ねぎ しゅうまい アボカドサラダ アボカド 花かつお ごまクッキー ごま ホットケーキミックス バター	ごはん 味付のり 精白米 味付のり 鶏のから揚げ 鶏肉 生姜 コロコロサラダ じゃがいも 人参 きゅうり マヨレ ゆばのすまし汁 ゆば 生わかめ ほうれん草 ホットドック ロールパン ウインナー キャベツ ケチャップ	きつねうどん うどん すしあげ えのき 白菜 天かす バナナ	
25	26	27	28	29	30	
三色丼 精白米 鶏ミンチ 卵 ほうれん草 生姜 キャベツのみそ汁 キャベツ さつまいも えのき 漬物 たくあん じゃこトースト 食パン ちりめん ごま 青のり マヨレ	妻ごはん 精白米 押し麦 煮込みハンバーグ 牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 牛乳 トマト缶 エリンギ ポテトサラダ じゃがいも きゅうり 人参 マヨレ きしめん汁 きしめん 京揚げ えのき ほうれん草 天かす イチゴジャムの米粉ケーキ ジャム 米粉 BP 豆乳 砂糖 サラダ油 塩	ごはん 精白米 すき焼きコロッケ 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 糸こんにゃく 大豆とひじきのサラダ 大豆 ひじき きゅうり 人参 マヨレ 白みそ 豆乳スープ ブロッコリー 玉ねぎ ハム 豆乳 黒糖むしパン 黒糖 小麦粉 BP 豆乳 サラダ油 卵	栗ごはん 精白米 もち米 栗 黒ごま 親子煮 鶏肉 卵 じゃがいも 玉ねぎ 青ねぎ 人参 しめじ 芋汁 里芋 ましたけ えのき ほうれん草 京揚げ マドレーヌ 小麦粉 バター 卵 砂糖 コーンスターチ	ごはん 精白米 秋鮭の南蛮漬 鮭 玉ねぎ パプリカ 五目煮 大豆 ひよこ豆 人参 こんにゃく 昆布 かきたま汁 卵 絹豆腐 えのき みつば ラスク 食パン 砂糖 バター	お弁当日	ライフビスケット