

2017年10月予定献立表

緑丘保育園

曜日	日	昼食	材料名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	16 30	炊きおこわ レバーかりんとう ながいも煮 油揚げとかぶの味噌汁	もち米・精白米・胚芽米・鶏肉・ごぼう・にんじん・しめじ・いんげん・油揚げ・酒・醤油・塩 鶏レバー(0,1歳児)、豚レバー・片栗粉・油・醤油・砂糖・ごま・水 長芋・いんげん・人参・砂糖・酒・醤油 油揚げ・かぶ・かぶ葉・きくらげ・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	鶏ひき 鶏レバー	トライアングル 食パン・クリームチーズ・バター・砂糖・卵・小麦粉 くだもの・牛乳	さつまいもごはんおにぎり 精白米・胚芽米・さつまいも・ごま・塩 麦茶	魚の梅焼き・いんげんの胡麻和え 魚・梅日塩・味噌・みりん・酒・砂糖 いんげん・にんじん・ごま・砂糖・醤油 さつまいもごはん・味噌汁
火	3 17 31	豆腐ハンバーグ きのこサラダ・にんじんグラッセ ごはん じゃがいもと青菜の味噌汁	豆腐・鶏ひき・玉ねぎ・ひじき・人参・パン粉・卵・塩・油・醤油・砂糖・片栗粉・かつおだし えのき・しめじ・きゅうり・ブロッコリー・油・酢・醤油・砂糖・塩 人参・砂糖・バター・塩 精白米・胚芽米 じゃがいも・青菜・塩蔵わかめ・玉ねぎ・味噌・煮干し	きゅうりゆで	3・17日)レーズンクッキー・くだもの・牛乳 小麦粉・ベーキングパウダー・バター・牛乳・レーズン・塩・全粒粉 31日)南瓜クッキー・くだもの・牛乳 南瓜・ホットケーキミックス・砂糖・マーガリン・全粒粉	カレーツナピラフ 精白米・胚芽米・ひじき・玉葱・人参・バター まぐろ缶詰・グリーンピース・油・カレー粉・塩 麦茶	魚のステーキ・ラトウイユ 魚・塩・玉葱・片栗粉・油・パセリ・砂糖・醤油・酢 なす・トマト・玉葱・ピーマン・ にんにく・オリーブ油・塩 カレーツナピラフ・スープ
水	4 18	サバの味噌煮 しらあえ ごはん とろろ昆布のすまし汁	サバ・味噌・砂糖・醤油・生姜・酒・かつおだし 豆腐・にんじん・こんにゃく・干し椎茸・ほうれん草・ごま・砂糖・塩・醤油・みりん 精白米・胚芽米 削り昆布・長葱・人参・青菜・青のり・醤油・かつおだし・塩	とろみつき	4日)月見団子・くだもの・牛乳 上新粉・白玉粉・小豆・砂糖・塩・醤油・片栗粉・かつおだし 18日)月見うどん・くだもの・牛乳 干しうどん・鶏ひき・卵・キャベツ・人参・長葱・青菜・醤油・塩・酒	クリームチーズパン クリームチーズパン 麦茶	煮込みハンバーグ・さつまいもサラダ 豚ひき・牛ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・塩・油・トマトケチャップ・ソース・かつおだし 片栗粉 さつまいも・人参・リンゴ・きゅうり・アレルギー用マヨネーズ・オリーブ油・塩 クリームチーズパン・スープ
木	5 19	鮭のホイル焼き かぶときゅうりの漬物 ゆかりごはん 大根汁	生鮭・醤油・みりん・玉葱・しめじ・バター かぶ・かぶ葉・きゅうり・刻み昆布・塩 精白米・胚芽米・ゆかり 大根・油揚げ・人参・長葱・青菜・塩・醤油・片栗粉・かつおだし	とろみつき かぶ・きゅうりゆで	大学いも さつまいも・油・砂糖・醤油・ごま くだもの・牛乳	あんぱん あんぱん 麦茶	生揚げの野菜あんかけ・じゃがいも金平風 生揚げ・人参・玉葱・たけのこ・ピーマン・ハム・生姜・醤油・片栗粉 じゃがいも・人参・油・醤油・酒・みりん・砂糖 精白米・胚芽米・ゴマ・塩 ごまごはん・味噌汁
金	6 20	鶏肉と白いんげん豆のクリーム煮 大根サラダ レーズンパン わかめスープ	鶏ひき・玉葱・片栗粉・塩(乳児) 鶏もも(幼児)白インゲン豆・玉葱・人参・ブロッコリー・油・塩・小麦粉・バター・牛乳・豆乳 大根・人参・コーン・小松菜・ゴマ油・砂糖・酢・醤油 レーズンパン 塩蔵わかめ・長葱・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし	肉団子	和風ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶詰・玉葱・油・醤油・みりん・海苔 くだもの・牛乳	ポテトフライ じゃがいも・油・塩・青のり 麦茶	肉あんかけうどん・ポテトフライ 干しうどん・塩・醤油・かつおだし・豚ひき・人参・長葱・干し椎茸・油・ かつおだし・醤油・片栗粉・青菜 くだもの
土	7 21	味噌煮込みうどん 煮豆 みかん	干しうどん・鶏ひき・生揚げ・キャベツ・長葱・人参・椎茸・青菜・酒・味噌 金時豆・砂糖・塩 みかん		ダイスチーズパン・小魚 ダイスチーズパン・小魚 くだもの・牛乳		
月	2 23	きのこカレー 豆菜サラダ にら卵スープ	精白米・胚芽米・豚肉・シメジ・玉ねぎ・マッシュルーム・人参・じゃがいも・油・にんにく・生姜・バター・小麦粉・カレー粉・ 大豆・小松菜・にんじん・まぐろ缶詰・ゴマ・酢・砂糖・醤油・ゴマ油 トマト缶・塩・醤油 玉ねぎ・えのき・にら・卵・塩・醤油・かつおだし	豚ひき	にんじんケーキ 小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー・にんじん・卵・ 砂糖・マーガリン・牛乳・豆乳・ヨーグルト・アーモンド くだもの・牛乳	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ほたて缶・にんじん・ 干し椎茸・塩・醤油 麦茶	魚の照り焼き・大根そぼろ煮 魚・醤油・酒・油 大根・豚ひき・砂糖・醤油・みりん ほたてごはん・味噌汁
火	10 24	友禅豆腐 さつまいもとりんごの甘煮 わかめごはん 吉野汁	豆腐・卵・人参・椎茸・ずわいがいこ・グリーンピース・砂糖・醤油・かつおだし・塩・油 さつまいも・リンゴ・砂糖・塩 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 鶏ささみ・玉葱・人参・ごぼう・ほうれん草・塩蔵わかめ・醤油・塩・片栗粉		かぼちゃパイ かぼちゃ・砂糖・餃子の皮・油 くだもの・牛乳	きなこラスク 食パン・砂糖・マーガリン・黄粉 麦茶	あんかけ丼・里芋と鶏肉の煮物 精白米・胚芽米・豚ひき・人参・干し椎茸・玉葱・グリーンピース・醤油・みりん・ 片栗粉・かつおだし 里芋・鶏肉・生姜・人参・かつおだし・酒・砂糖・醤油・みりん 味噌汁
水	11 25	肉じゃが 小松菜とぜんまいのナムル ごはん キャベツと玉葱の味噌汁	豚ひき(乳児)・豚もも(幼児)・じゃがいも・玉葱・にんじん・白滝・隠元・砂糖・酒・醤油・油 小松菜・ぜんまい・砂糖・醤油・もやし・長葱・ごま・醤油・酢・ゴマ油・砂糖 精白米・胚芽米 キャベツ・玉葱・にんじん・塩蔵わかめ・味噌・煮干し		黒蒸しパン 小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー・黒砂糖・卵・レーズン・ 牛乳・豆乳 くだもの・牛乳	菜飯とじゃこおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・青菜・塩・海苔 ごま 麦茶	豆腐チャンプルー・にんじんごま味噌和え 豆腐・にら・もやし・にんじん・ベーコン・削り節・醤油・油・片栗粉・塩 にんじん・油・ゴマ・味噌・みりん 菜飯とじゃこごはん・スープ
木	12 26	さんまの松前煮 柿生酢 栗ごはん(栗入荷できないときはさつまいも入り) きのこ味噌汁	さんま・砂糖・酒・みりん・醤油・かつおだし 柿・大根・きゅうり・塩・砂糖・酢 精白米・胚芽米・もち米・栗・(さつまいも)・塩・ごま・酒 なめこ・しめじ・えのき・万能ねぎ・きくらげ・煮干し・味噌		マカロニグラタン マカロニ・鶏ひき・玉葱・人参・マッシュルーム・パセリ・油 小麦粉・バター・牛乳・豆乳・塩・パルメザンチーズ・パン粉 くだもの・牛乳	イチゴジャムサンド 食パン・イチゴジャム 麦茶	牛肉とじゃがいも炒め・かぼちゃ煮 牛肉・酒・醤油・片栗粉・生姜・油・玉葱・じゃがいも・ピーマン・酒・醤油・砂糖 南瓜・砂糖・醤油・塩・みりん スープ
金	13 27	炒り鶏 きゅうりの磯和え ごはん かぼちゃとえのきの味噌汁	鶏ひき・玉葱・片栗粉(乳児)・鶏もも(幼児)・里芋・牛蒡・レンコン・人参・こんにゃく・干し椎茸・隠元・油・砂糖・みりん・醤油 きゅうり・青のり・塩 精白米・胚芽米 かぼちゃ・えのき・青菜・味噌・煮干し	きゅうりゆで	13日)鮭おにぎり・くだもの・牛乳 精白米・胚芽米・甘塩酒・ごま・海苔 27日)パン・くだもの・牛乳 クリームチーズパン 麦茶	やきいも さつまいも 麦茶	けんちんうどん・さつまいものチーズ焼き 干しうどん・豚ひき・大根・人参・ごぼう・里芋・長葱・青菜・ゴマ油・味噌 さつまいも・バター・チーズ・パセリ・塩 くだもの
土	14 28	きつねうどん わかめときゅうりの酢の物 ゼリー	干しうどん・鶏ひき・油揚げ・人参・椎茸・キャベツ・長葱・青菜・醤油・酒・塩 塩蔵わかめ・きゅうり・酢・砂糖・醤油・塩 100%ジュース・水・砂糖・アガー	酢なし、だし醤油	ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/卵入り生地パン・砂糖・マーガリン 一口チーズ くだもの・牛乳		

* 幼児エネルギー 576kcal たんぱく質 21.3g 脂質 19.1g *ひよこのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。*3時の牛乳は豆乳入りです *材料の関係で献立が変更になることもあります。