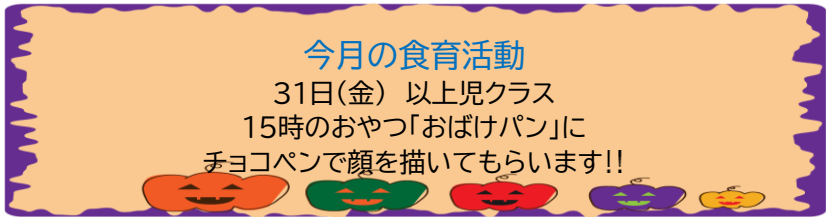
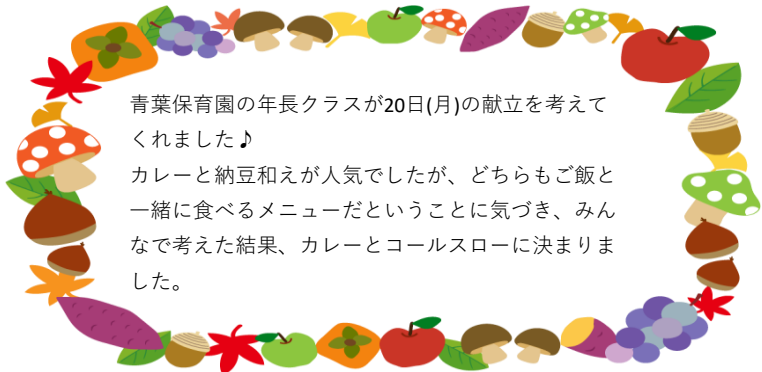


10月の予定表

認定こども園 豊栄保育園

日	曜	献立	材 料	3時おやつ	材 料	10時おやつ
1	水	根野菜のごま味噌煮 青菜のなめたけ和え	米／豚肉 里芋 じゃがいも 糸こんにやく 人参 ごぼう しめじ 長ネギ 生姜 すりごま／ほうれん草 小松菜 キャベツ 人参 なめたけ	★たまごサンド	食パン 卵 マヨ ネーズ	ビスコ
2	木	タラのカラフル焼き きのこサラダ すまし汁	米／タラ にんにく ピーマン パプリカ 味噌 マヨネーズ／しめじ えの き まいたけ ベーコン キャベツ 人参 きゅうり 酢／ほうれん草 豆腐 人参	バナナ 源氏パイ		星たべよ
3	金	豆腐の落とし揚げ ツナときゅうりの酢の物 キャベツの味噌汁	米 麦／豆腐 鶏ひき肉 ひじき 枝豆 人参 玉ねぎ えび 卵 小ねぎ 砂糖／シーチキン きゅうり わかめ 砂糖 酢／キャベツ 玉ねぎ 人参 えのき 味噌	★フルーツポンチ	りんごジュース み かん 桃 バナナ カ クテルゼリー	とんがりコーン
4	土	 親子遠足(青葉・豊栄 合同) 				
6	月	中華丼 卵サラダ	米 十六穀／ 玉ねぎ 人参 たけのこ かまぼこ きくらげ キャベツ 小 ねぎ 中華の素 オイスターソース ごま油／卵 人参 きゅうり コーン ブロッコリー ちくわ ごまたれ	★みたらしまカロニ	マカロニ	おにぎり煎餅
7	火	味噌ラーメン きゅうりの塩昆布和え 混ぜ込みわかめ	米／ラーメン玉 鶏ガラ 鶏ガラ粉 にんにく 味噌 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ サリナス かまぼこ ちくわ 小ねぎ 中華あじ／大根 きゅうり 人参 塩昆布	アスパラガスビス		たべっこどうぶつ
8	水	クリームシチュー 青菜のフレーク和え バナナ	米／鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも コーン シチュールウ 牛乳／ほう れん草 小松菜 キャベツ 人参 鮭フレーク／バナナ	★ゆかりとしらすの おにぎり	米 ゆかり しらす	卵ボーロ
9	木	さばの竜田揚げ ごぼうサラダ 豆腐の味噌汁	米／さば 生姜 にんにく 片栗粉 米粉／ごぼう 人参 きゅうり ベーコ ン すりごま マヨネーズ／豆腐 大根 人参 えのき 小ねぎ 味噌	★ちんすこう	薄力粉 きな粉 砂 糖	チョイス
10	金	天津あんかけ卵 ナムル 中華スープ	米 麦／卵 玉ねぎ 椎茸 カニ棒 小ねぎ 鶏がら粉 酢 ケチャップ 片栗粉／ほうれん草 サリナス きゅうり 人参 ベーコン 鶏ガラ粉 酢 ごま油／ベーコン 大根 人参 えのき コーン 中華の素	★じゃこトースト	食パン しらす マヨ ネーズ 青のり	あんぱんまん 煎餅
11	土	きつねうどん きんぴらごぼう	米／うどん だし昆布 いりこ うす揚げ かまぼこ 揚げ玉 小ねぎ ほう れん草／人参 ごぼう れんこん 切干大根 椎茸 豚肉	ドーナツ		源氏パイ
13	月	 スポーツの日 				
14	火	焼肉炒め なめこの味噌汁	米／豚肉 牛肉 玉ねぎ ピーマン 人参 サリナス 青梗菜 ニラ ニン ニク 生姜 焼肉のたれ／なめこ うす揚げ 人参 大根 キャベツ 小ね ぎ 味噌	オレンジ ムーンライト		まがり煎餅
15	水	すき焼き風煮 春雨サラダ	米／牛肉 豚肉 木綿豆腐 玉ねぎ 糸こんにやく 人参 長ネギ 白菜 生姜／春雨 人参 きゅうり キャベツ ハム 鶏ガラ粉 酢 ごま油	★スイートポテト	さつまいも 牛乳 バター 卵	シガービス
16	木	鮭の味噌マヨ焼き 人参しりしり すまし汁	米／鮭 ニンニク マヨネーズ 味噌／人参 サリナス 小松菜 シーチキ ン すりごま ニンニク ごま油 卵／わかめ しめじ 人参	プリン あんぱんまん煎餅		Caウエハース
17	金	切り干し大根の煮物 白和え	米 麦／鶏肉 切干大根 大根 人参 じゃが芋 椎茸 ごぼう ひじき 小ねぎ／人参 ほうれん草 白菜 木綿豆腐 糸こんにやく 味噌 すりご ま	★ロッククッキー	HM粉 コーンフレ ーク レーズン バター 牛乳	ベジタブル
18	土	焼きそば わかめスープ ふりかけ	米／油めん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ サリナス 人参 ちくわ ニラ 焼き そばソース 青のり／わかめ 人参 キャベツ えのき 鶏ガラ粉／のりた ま	ミニパンケーキ		えびせん
20	月	りんご組リクエスト ボークカレー コールスロー コンソメスープ、桃	米 十六穀／豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ／キャベツ 人参 コーン ハム 酢 マヨネーズ／人参 玉ねぎ ブロッコリー ハム コンソ メ／黄桃	ヤクルト ベジタベル		ぱりんこ煎餅
21	火	誕生会 ☆お子様ランチ☆ から揚げ 青さ汁 果物ゼリー	米／鶏肉 生姜 ニンニク 片栗粉／マカロニ 人参 きゅうり キャベツ ハム マヨ ネーズ／青のり／木綿豆腐 人参 小ねぎ だし昆布 /グリーンリーフ トマト ブ ロッコリー ウインナー ふりかけ オレンジ 果物ゼリー	いちごケーキ		ルヴァン
22	水	豆腐グラタン ドレッシングサラダ カレースープ	米／木綿豆腐 豚ひき肉 大葉 しめじ 味噌 マヨネーズ チーズ／キャ ベツ きゅうり パプリカ ハム ごまドレッシング／キャベツ 人参 えの き カレー粉 コンソメ	★フルーチェ	フルーチェの素 牛 乳	とんがり コーン
23	木	ぶりの照り焼き 切干大根のサラダ 豚汁	米／ぶり 生姜／切干大根 きゅうり 人参 ハム 酢 鰹節 ごま油／人 参 玉ねぎ 大根 たけのこ 里芋 小ねぎ 生姜 豚ばら肉 ごま油 味 噌	バナナ 星たべよ		ムーンライト
24	金	ひじきの五目煮 青菜の納豆和え	米 麦／ひじき 人参 大根 たけのこ 椎茸 じゃが芋 厚揚げ 鶏肉／ ほうれん草 小松菜 キャベツ 人参 ひきわり納豆	★鮭と塩昆布の おにぎり	米 鮭フレーク 塩 昆布	味しらべ
25	土	ナポリタン レタスと卵のスープ 混ぜ込みわかめ(鮭)	米／スパゲティ麺 玉ねぎ ピーマン しめじ ベーコン トマト缶 ケ チャップ コンソメ粉 粉チーズ／卵 レタス 人参 えのき コーン缶 鶏 ガラ粉／混ぜ込みわかめ(鮭)	あずきパン		ビスコ
27	月	麻婆丼 ちくわのさっぱりサラダ パイン	米 十六穀／合い挽き肉 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 きくらげ 椎茸 深ね ぎ なら ニンニク 生姜 中華あじ 味噌 片栗粉 ごま油／ちくわ 切干 大根 きゅうり 人参 酢 ごま油／パイン	★ナゲット	ナゲット ケチャップ	ぼたぼた焼き
28	火	スコッチエッグ ブロッコリーのおかか和え ABCスープ	米／合い挽き肉 玉ねぎ 卵 パン粉 牛乳 うずらの卵 小麦粉 ケ チャップ ソース／ブロッコリー キャベツ 人参 かつお節／マカロニ 人 参 玉ねぎ えのき ベーコン コンソメ	ヨーグルト ぱりんこ煎餅		あんぱんまん ビスケット
29	水	高野豆腐のふわふわ煮 もやしナムル 果物ゼリー	米／高野豆腐 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 椎茸 白菜 深ねぎ かまぼこ 小ねぎ 片栗粉／ほうれん草 サリナス きゅうり 人参 ベーコン 鶏ガラ 粉 酢 ごま油／果物ゼリー	★ねったぼ	さつまいも 上新粉 きなこ	雪の宿
30	木	さばの味噌煮 大根のサラダ すまし汁	米／さば 生姜 味噌／大根 きゅうり 人参 小松菜 ベーコン 酢 ごま 油 かつお節／人参 ほうれん草 えのき 小ねぎ	カルピス たべっこどうぶつ		ホームパイ
31	金	スタミナ炒め 中華コーンクリームスープ バナナ	米 麦／豚肉 玉ねぎ 青梗菜 にんにく 生姜 酢／卵 玉ねぎ 人参 小ねぎ コーンクリーム缶 中華の素 片栗粉／バナナ	★おばけパン	ロールパン バター 牛乳 小麦粉 卵 チョコペン	ベジタベル



月：雑穀ごはん 金：麦ごはん

未満児クラスは白ごはんを提供します。