

2019年10月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)	
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)		
1	火	ご飯	麻婆豆腐 バンサンスー フルーツ ☆牛乳・ココアプリン・いりこ	豆腐・合いびき肉・ちくわ・みそ 鶏卵・蒲鉾 牛乳・いりこ	砂糖・油・ごま・片栗粉・ 春雨・油・ごま・ごま油・砂糖 プリンの素	人参・玉葱・えのき・葱 人参・きゅうり・玉葱 果物	
2	水	ご飯	クリームシチュー フレンチサラダ フルーツ ☆牛乳・ツナとにらの落とし焼き	牛乳・豚肉・スキムミルク・チーズ ロースハム 牛乳・鶏卵	じゃがいも・サラダ油・シチューの素 サラダ油・砂糖 ツナ・サラダ油・小麦粉	玉葱・人参・ブロッコリー 人参・きゅうり・コーン・キャベツ 果物 にら・葱・コーン	
3	木	ご飯	白身魚のもみじ揚げ 柿なます さつまい ☆牛乳・カレーパン	白身魚 豚肉・豆腐・油揚げ・みそ 牛乳・合いびき肉	サラダ油・小麦粉 ごま・砂糖 さつまいも ロールパン・カレールウ	人参 柿・大根 人参・大根・ごぼう・葱 人参・玉葱	
4	金	ご飯	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ フルーツ ☆ヨーグルト・昆布	豚肉 ヨーグルト・昆布	サラダ油 マカロニ・マヨネーズ	人参・玉葱・ピーマン・生姜・キャベツ 人参・きゅうり・キャベツ・コーン 果物	
5	土		 運動会(お弁当の日) 				
7	月	ご飯	吉野煮 小松菜のチーズ和え フルーツ ☆牛乳・もちもちチーズパン	鶏肉・生揚げ チーズ・ちりめん 牛乳・チーズ	じゃがいも・片栗粉・砂糖 ごま油・砂糖 白玉粉・油	大根・人参・いんげん 小松菜・人参 果物	
8	火	パン	さつまいもコロケ ブロッコリー キャベツのスープ ☆きのこむすび	牛ひき肉 わかめ・ベーコン 油揚げ	さつまいも・じゃがいも・小麦粉・パン粉・油 米	玉葱・人参・グリーンピース ブロッコリー キャベツ・人参・葱 しめじ・椎茸・えのき	
9	水	ご飯	さけのムニエル 切干大根の煮物 かき玉汁 ☆牛乳・甘辛だんご	鮭 油揚げ・蒲鉾 鶏卵 牛乳	小麦粉・マーガリン 砂糖 片栗粉 白玉粉・砂糖	切干大根・人参・いんげん・干し椎茸 人参・玉葱・葱	
10	木	ご飯	ポークソテー 和風サラダ フルーツ ☆牛乳・ジャムサンド	豚肉 蒲鉾・わかめ 牛乳	油 春雨・油 苺ジャム・食パン	小松菜・人参・玉葱・キャベツ きゅうり 果物	
11	金	ご飯	大豆の五目煮 山吹和え フルーツ ☆牛乳・お麩ラスク	水煮大豆・鶏肉・さつまいも・昆布 鶏卵 牛乳	板蕪・油・砂糖 春雨・砂糖 麩・砂糖・マーガリン	牛蒡・人参・玉葱・干し椎茸 ほうれん草・人参・キャベツ 果物	
12	土		きのこスパゲティ 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・フルーツ	ベーコン・鶏卵・海苔 青のり 牛乳	スパゲティ・油 じゃがいも お菓子	生椎茸・えのき・しめじ・人参・ほうれん草 果物	
15	火	ご飯	生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ フルーツ ☆牛乳・ミルクゼリー・いりこ	牛ひき肉・生揚げ ロースハム・ちりめん・ひじき 牛乳・いりこ	じゃがいも・砂糖 砂糖 ゼリーの素	人参・玉葱・いんげん 小松菜・人参 果物	
16	水	ご飯	八宝菜 切干大根のゴマネーズ フルーツ ☆牛乳・ふかし芋	豚肉・うずら卵・えび ロースハム 牛乳	油・片栗粉・砂糖 ごま・砂糖・マヨネーズ さつまいも	玉葱・白菜・人参・コーン・ピーマン・干し椎茸 切干大根・小松菜 果物	



5日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい