

2019年10月分献立表

三歳未満児

施設名 わらしべ第二保育園

日付	曜日	10時	おひる	おやつ	主な材料
1	火	せんべい 牛乳	ご飯 かじき生姜焼き ニラとえのき和え かぼ ちゃ甘煮 みそ汁 チーズ	菓子 牛乳	普通牛乳 はいが米 めかじき しょうが にら えのきだけ かつお節 にんじん くりかぼちゃ 三 温糖 削り節 淡色辛みそ プロセスチーズ
2	水	せんべい 牛乳	ご飯 高野豆腐と豚肉のみそ炒め 小魚サラダ しいたけのオリーブオイルソテー すまし汁	ロールパン(プラム ジャム) 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) 凍り豆腐 キャベツ にんじん 青ピーマン えのきだけ りょくとうもやし 削り節 淡色辛みそ 三温糖 調合油 ひじき しらす干し 生しいたけ オリーブ 油 ロールパン にほんすもも グラニュー糖
3	木	ヨーグルト 麦茶	ご飯 カツオスタミナ焼き 小松菜煮浸し 金時 煮豆 みそ汁 チーズ	お好み焼きパン 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 かつお 根深ねぎ にんにく しょうが ごま油 こまつな 油揚げ にんじん 中ざら糖 削り節 乾いんげんまめ 三温糖 淡色辛みそ プロセスチーズ ホットケ-キ ミックス 絹ごし豆腐 調合油 まぐろ油漬缶詰 キャベツ しらす干し トマトケチャップ かつお節 有塩バター 普通牛乳
4	金	せんべい 牛乳	ご飯 豚肉と野菜の塩こうじ炒め マカロニサ ラダ さつま芋甘煮 みそ汁	カジキマグロのおに ぎり 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) キャベツ にんじん かいわれ きくらげ ごぼう ごま油 米こうじ レモン マカロニ・スパゲティ きゅうり まぐろ油漬缶詰 調合油 さつまいも 三温糖 削り節 淡色辛みそ めかじき 中ざら糖
5	土		ファミリーデー		
6	日				
7	月	ヨーグルト 麦茶	ご飯 ポークビーンズ 大根とツナの煮物 昆布 佃煮 ハナナ	煮りんごサンド 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 ぶたもも(皮脂無) 大豆 じゃがいも たまねぎ にんじん 青 ピーマン トマトピューレ トマトケチャップ 調合油 だいこん まぐろ油漬缶詰 三温糖 削り節 つ くだ煮 ハナナ りんご グラニュー糖 食パン 普通牛乳
8	火	せんべい 牛乳	ご飯 さわらみそ焼き 切干し大根 かぼちゃ甘 煮 みそ汁 チーズ	菓子 ヨーグルト 牛乳	普通牛乳 はいが米 さわら 三温糖 淡色辛みそ しょうが 切干しだいこん にんじん 凍り豆腐 油揚げ こまつな 中ざら糖 調合油 くりかぼちゃ 削り節 プロセスチーズ ヨーグルト
9	水	せんべい 牛乳	ハヤシライス そぼろおじゃが 梨	おぐらサンド 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) たまねぎ にんじん マッシュルーム ぶなしめじグ リーンピース 調合油 鶏ひき肉 じゃがいも なし 食パン あずき 中ざら糖
10	木	ヨーグルト 麦茶	ご飯 さんまの蒲焼 あさりカレー塩じゃが 焼 きしいたけ みそ汁 チーズ	豚汁うどん 牛乳	ヨーグルト はいが米 さんま 三温糖 じゃがいも あさり水煮缶詰 たまねぎ にんじん かいわれ 調合油 生しいたけ 削り節 淡色辛みそ プロセスチーズ うどん ぶたもも(皮脂無) だいこん ごぼう 板こんにゃく 根深ねぎ 油揚げ 普通牛乳
11	金	せんべい 牛乳	栗ご飯 五目すいとん 小松菜とモヤシ和え 金 時煮豆	ヨーグルト 菓子 牛乳	普通牛乳 はいが米 くり りしりこんぶ 鶏もも皮なし にら にんじん 干しいたけ はくさい 薄力粉 木綿豆腐 こまつな りょくとうもやし えのきだけ かつお節 乾いんげんまめ 三温糖 ヨーグルト
12	土	菓子 麦茶	けんちんうどん ゼリー	菓子 麦茶	鶏もも皮なし さといも にんじん だいこん ごぼう 板こんにゃく 根深ねぎ 油揚げ 調合油 う どん 削り節 オレンジゼリー
13	日				
14	月				
15	火	せんべい 牛乳	ご飯 さばの幽庵焼き あざりとキャベツのお かか和え かぶのあちら漬 みそ汁 チーズ	スパゲッティナポリ タン 牛乳	普通牛乳 はいが米 さば ゆず果汁 調合油 キャベツ にんじん あざり水煮缶詰 かいわれ かつ お節 かぶ きゅうり 三温糖 削り節 淡色辛みそ プロセスチーズ ぶたもも(皮脂無) マカロ ニ・スパゲティ たまねぎ 青ピーマン マッシュルーム トマトケチャップ オリーブ油
16	水	せんべい 牛乳	ご飯 大豆とひじきの五目煮 春雨サラダ 青菜 としいたけのお浸し みそ汁	ガーリックトースト 牛乳	普通牛乳 はいが米 鶏もも皮なし 大豆 ひじき にんじん 油揚げ 板こんにゃく ごぼう 中ざら 糖 調合油 はるさめ きゅうり コーン缶詰粒 こまつな 生しいたけ 削り節 淡色辛みそ 食パン オリーブ油 にんにく
17	木	ヨーグルト 麦茶	ご飯 焼鮭 切干し大根 セロリきんぴら みそ汁 チーズ	菓子 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 塩ざけ 切干しだいこん にんじん 凍り豆腐 油揚げ こまつな 中 ざら糖 調合油 セロリー にんにく 三温糖 いりこま 削り節 淡色辛みそ プロセスチーズ 普通 牛乳
18	金	せんべい 牛乳	ご飯 豚の生姜焼き 野菜炒め 里芋のごまみそ あえ スープ	ヨーグルト 豆乳ホッ トケーキ(いちじく) 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) しょうが 調合油 キャベツ りょくとうもやし にんじ ん 青ピーマン きくらげ さといも いりこま 淡色辛みそ 三温糖 オリーブ油 たまねぎ ヨーグ ルト 薄力粉 絹ごし豆腐 砂糖 調整豆乳 いちじく
19	土	菓子 麦茶	カレーライス ゼリー	菓子 麦茶	はいが米 ぶたもも(皮脂無) たまねぎ にんじん じゃがいも 調合油 オレンジゼリー
20	日				
21	月	ヨーグルト 麦茶	ご飯 豚豚 もやしサラダ めか漬け スープ	きなこパン 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 ぶたもも(皮脂無) たまねぎ にんじん 青ピーマン 干しいた け バインアップル缶詰 ゆでたけのこ トマトケチャップ 片栗粉 三温糖 調合油 りょくとうもや し きゅうり きゅうりぬかみそ漬 オリーブ油 食パン きな粉 調整豆乳 普通牛乳
22	火				
23	水	せんべい 牛乳	きのこカレーライス じゃが芋のケチャップ炒 め パナナ	ジャムサンド 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) たまねぎ にんじん ぶなしめじ maidake マッシュ ルーム 調合油 鶏ひき肉 じゃがいも トマトケチャップ パナナ 食パンいちごジャム
24	木	ヨーグルト 麦茶	ご飯 たらものムニエル あざりとキャベツのお かか和え そぼろしいたけ すまし汁 チーズ	鬼まんじゅう 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 たら オリーブ油 薄力粉 パセリ キャベツ にんじん あざり水煮 缶詰 かいわれ かつお節 鶏ひき肉 生しいたけ 削り節 プロセスチーズ さつまいも 三温糖 白 玉粉 普通牛乳
25	金	せんべい 牛乳	ご飯 ヘルシーミートローフ ポテトサラダ め か漬け すまし汁	スイートポテト フリ ン 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたひき肉 たまねぎ 木綿豆腐 パン粉 にんじん グリーンピース コーン缶詰 粒 トマトケチャップ じゃがいも 鶏ひき肉 きゅうり 豆乳 調合油 きゅうりぬかみそ漬 削り節 さつまいも 三温糖 オリーブ油 カスタードフィング
26	土	菓子 麦茶	桜えびと小松菜の Pasta ゼリー	菓子 麦茶	マカロニ・スパゲティ さくらえび素干し maidake こまつな にんにく オリーブ油 オレンジゼ リー
27	日				
28	月	ヨーグルト 麦茶	ご飯 ささみカツ ポテトサラダ フロッコリー おかか和え すまし汁	バターボールパン 牛 乳	プレーンヨーグルト はいが米 若鶏ささ身 薄力粉 パン粉 調合油 じゃがいも 鶏ひき肉 きゅう り にんじん コーン缶詰粒 豆乳 フロッコリー 削り節 ロールパン 普通牛乳
29	火	せんべい 牛乳	ご飯 かじき照り焼 切干し大根 さつま芋甘煮 みそ汁 チーズ	菓子 牛乳	普通牛乳 はいが米 めかじき 三温糖 切干しだいこん にんじん 凍り豆腐 油揚げ こまつな 中 ざら糖 調合油 さつまいも 削り節 淡色辛みそ プロセスチーズ
30	水	せんべい 牛乳	ご飯 揚げ豆腐そぼろあんかけ じゃが芋おか か ゆず大根 すまし汁	食パン(ブルーベリー) 牛乳	普通牛乳 はいが米 木綿豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 干しいたけ 青ピーマン 片栗粉 中ざら糖 調合油 じゃがいも 削り節 だいこん ゆず 三温糖 食パン ブルーベリージャム
31	木	ヨーグルト 麦茶	ご飯 かつおのノルウェー風 磯和え かぼちゃ 甘煮 すまし汁 チーズ	かぼちゃのお菓子 牛 乳	プレーンヨーグルト はいが米 かつお 薄力粉 しょうが 片栗粉 調合油 トマトケチャップ 三温糖 キャベツ 焼きのりにんじん くりかぼちゃ 削り節 プロセスチーズ 普通牛乳 有塩バター