

2024年度10月 予定献立表

ののかぜ保育園

	28日(月)	1.15.29日(火)	2.16.30日(水)	3.17.31日(木)	4.18日(金)	5.19日(土)	
昼食	ごはん 米 40	ごはん 米 40	カレーライス 米 50 豚肉 30 玉ねぎ 30 人参 15 じゃがいも 15 カレー粉、醤油 砂糖、味噌、米粉 片栗粉	マーボー飯 米 45 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 豆腐 30 玉ねぎ 20 人参 10 ねぎ 2 にら 2 しょうが 2 醤油、砂糖、味噌 片栗粉、だし	ごはん 米 40	ごはん 米 40	
	鶏のから揚げ 鶏もも肉 50 しょうが 醤油、塩、米粉、油	鯖のねぎみそ焼き さわら 35 ねぎ、ごま、味噌 醤油、砂糖、だし 片栗粉、油			鯖の磯辺焼き 鯖 35 青のり 塩、片栗粉	磯辺焼き 鶏もも肉 50 じゃがいも 20 青のり、醤油 砂糖、片栗粉、油	
	はるさめサラダ はるさめ 2 きゅうり 5 キャベツ 5 ツナ 3 にんじん 5 コーン マヨドレ、塩	おかかあえ ブロッコリー 25 人参 5 鰹節 醤油、塩、だし	コールスロー キャベツ 15 コーン 3 にんじん 5 マヨドレ、砂糖 酢	オープン焼き じゃがいも 30 青のり 油、塩	きんぴら れんこん 20 にんじん 7 いんげん 2 醤油、砂糖、だし 油、ごま	ツナサラダ キャベツ 25 にんじん 5 ツナ 3 マヨドレ、塩	
	味噌汁 かぼちゃ 10 玉ねぎ 5 いんげん 1 みそ、だし	なめたけ えのき 10 醤油、砂糖、だし、酢	かぼちゃスープ かぼちゃ 20 玉ねぎ 15 にんじん 5 豆乳 15 だし、塩	スープ わかめ 1 えのき 5 だし、醤油、塩	のっぺい汁 鶏もも肉 7 里芋 8 大根 10 人参 8 小松菜 2 だし、醤油、塩 片栗粉	スープ 玉ねぎ 10 にんじん 5 だし、醤油、塩	
							
	おやつ	フライドポテト じゃがいも 60 青のり 塩、油	ココアういろ 上新粉 15 片栗粉 5 白玉粉 4 砂糖5、ココア0.7 お月見どらやき(15日) 米粉 20 豆乳ココアカスタード 豆乳、砂糖、大豆粉	ごま蒸しパン 米粉 20 砂糖 4 BP 0.9 豆乳 25 黒ごま 1 油 0.5	かぼちゃもち かぼちゃ 10 米粉15、砂糖4、油 きなこ、塩 かぼちゃスコーン(31日) かぼちゃ 10 米粉 13 砂糖5、BPO.5、油4 豆乳 4	さつまいもボール さつまいも 40 片栗粉 3 砂糖 2.3 油 2 塩	ココア蒸しパン 米粉 20 砂糖 5 油 0.5 豆乳 25 ココア 1
		果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100

	7.21日(月)	8.22日(火)	9.23日(水)	10.24日(木)	11.25日(金)	12.26日(土)	
昼食	あんかけうどん 米麺 20 鶏もも肉 20 白菜 10 キャベツ 10 玉ねぎ 7 にんじん 5 しめじ 5 だし、醤油 片栗粉	梅ごはん 米 40 梅干し	ごはん 米 40	きのこごはん 米 40 まいたけ 5 しめじ 5 えのき 5 油揚げ 2 だし、醤油、塩	さつまいもごはん 米 40 さつまいも 10 塩、黒ゴマ	あんかけ丼 米 50 豚肉 30 キャベツ 15 玉ねぎ 10 にんじん 10 だし、醤油、塩 片栗粉	
	オープン焼き れんこん 20 塩、油	さばの竜田焼き さば 35 しょうが 醤油、米粉、油	肉じゃが 豚肉 30 じゃがいも 30 玉ねぎ 20 にんじん 15 糸こんにゃく 3 いんげん 2 醤油、砂糖、だし	かれのい煮つけ かれい 35 しょうが 20 醤油、砂糖、だし	豆腐ハンバーグ 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 豆腐 10 玉ねぎ 20 人参 7 切干大根 1 ひじき 0.1 醤油、塩、片栗粉 砂糖、だし	おかかあえ ブロッコリー 25 にんじん 5 鰹節 0.2 醤油、塩	
	高野豆腐の煮物 高野豆腐 2 にんじん 10 大根 10 干し椎茸 1 いんげん 1 だし、醤油、砂糖	豚汁 豚肉 7 大根 15 人参 8 しめじ 5 長芋 8 ねぎ 2 みそ、だし	すまし汁 なめこ 8 わかめ 1 みつば 1 みそ、だし	味噌汁 大根 10 ねぎ 2 油揚げ 2 みそ、だし	りんごサラダ キャベツ 20 りんご 7 にんじん 5 マヨドレ、塩、酢	スープ なめこ 5 大根 10 醤油、塩	
	おやつ	焼きおにぎり 米 30 醤油、油 1.5	やきいも さつまいも 50	あずき蒸しパン 米粉 20 小豆 2 砂糖 5 BP 1 油 0.5 豆乳 25 塩	米粉ピザ パン用米粉 30 砂糖 3 イースト 0.1 塩 0.2 油 0.5 トマト缶 5 ベーコン、チーズ コーン	ココアクッキー じゃがいも 30 米粉 12 BP 0.3 砂糖 4 油 4 ココア 0.5	きなこ蒸しパン 米粉 20 砂糖 5 油 0.5 豆乳 25 きなこ 1
		果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。