



# 2018年10月献立

社会福祉法人マナ会いずみの保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1 体操/運動会予備日		2		3 スイミング		4		5	
ごはん	白米 胚芽米	カレーライス	白米 胚芽米 豚ひき肉 南瓜 人参 玉葱 ルウ	芋ごはん	白米 胚芽米 さつまいも 塩 黒ごま	わかめうどん	うどん だし 醤油 塩 わかめ ささみ 鶏がら	ごはん	ごはん
さんまの塩焼き	さんま 塩	和え物	ほうれん草 もやし ごま ポン酢 ごま油	豚の生姜焼き	豚肉 玉葱 もやし 醤油 三温糖	ポテトサラダ	じゃが芋 さつま芋 人参 胡瓜 マヨドレ 塩 こしょう	鮭とポテトのチーズ焼き	鮭 じゃがいも 塩こしょう チーズ
サラダ	ブロッコリー 人参 コーン缶 マヨドレ 塩こしょう	りんご	りんご	切干大根の煮物	切干大根 人参 醤油 三温糖 だし	枝豆	枝豆 塩	サラダ	厚揚げ 人参 ひじき マヨドレ 塩こしょう
味噌汁	わかめ ぶ だし みそ	ココアケーキ	米粉ミックス 薄力粉 豆乳 A-1マーガリン ココア	味噌汁	絹豆腐 わかめ だし みそ	おにぎり	白米 胚芽米 ゆかり 塩昆布	味噌汁	小松菜 南瓜 だし 醤油 塩
プリン	プリンミックス 牛乳 カaramelソース	牛乳	牛乳	ラスク	食パン A-1マーガリン グラニュー糖	牛乳	牛乳	梨	梨
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ヨーグルトジュース	ヨーグルトジュース
8		9		10		11 いずみの広場		12 お誕生会	
		ごはん	白米 胚芽米	焼きそば	焼きそば麺 豚肉 キャベツ もやし 玉葱 人参 ソース	ごはん	ごはん 胚芽米	ロールパン	パン
		筑前煮	鶏肉 人参 大根 ごぼう 枝豆 だし 醤油 三温糖	サラダ	ブロッコリー コーン マヨドレ 塩こしょう	鯖の西京焼き	さわかめ 味噌 マヨドレ 三温糖	シチュー	鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉葱 ルウ
		湯豆腐	絹豆腐 ポン酢	スープ	えのき わかめ 鶏がら 醤油 塩 こしょう	五目煮	大豆 高野豆腐 人参 大根 ひじき だし 醤油 三温糖	和え物	ブロッコリー コーン 醤油 三温糖
		すまし汁	なめこ わかめ だし 醤油 塩	小倉サンド	食パン こしあん A-1マーガリン	すまし汁	ほうれん草 しめじ だし 醤油 塩	ぶどう	ぶどう
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	りんごケーキ	薄力粉 豆乳 カaramelソース A-1マーガリン ベーキングパウダー りんご
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
15 体操		16 バイブルアワー		17 避難訓練		18 郷土料理		19 5歳児人形劇鑑賞	
ごはん	白米 胚芽米	ごはん	白米 胚芽米	ごはん	白米 胚芽米	ごはん	白米 胚芽米	マーボー豆腐丼	白米 胚芽米 豚ひき肉 豆腐 玉葱 生姜 なす 醤油 みそ だし 片栗粉
鮭の塩焼き	鮭 塩	肉じゃが	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 枝豆 だし 醤油 三温糖	鶏肉とキャベツのみそ炒め	鶏肉 キャベツ もやし 人参 味噌 だし 三温糖	鯖の梅マヨ焼き	さば 梅 マヨドレ	酢の物	胡瓜 わかめ 人参 酢 三温糖 醤油 ごま
切干大根サラダ	切干大根 人参 コーン マヨドレ 塩こしょう	南瓜と高野豆腐の煮物	南瓜 高野豆腐 だし 醤油 三温糖	焼き芋/枝豆	さつまいも / 枝豆	れんごんの炒め煮	れんこん 鶏ひき肉 椎茸 こんにゃく ごま 油 醤油 三温糖	バナナ	バナナ
味噌汁	わかめ 豆腐 だし 味噌	すまし汁	小松菜 玉葱 だし 醤油 塩	すまし汁	白菜 なめこ だし 醤油 塩	芋けんちん	里芋 ごぼう 人参 松山あげ だし 醤油 塩 ごま油	和風ケーキ	薄力粉 豆乳 A-1マーガリン 三温糖 ベーキングパウダー 小豆 黒豆
バナナ	バナナ	ちんすこう	薄力粉 三温糖 油 きな粉 塩	りんご	りんご	草団子	白玉粉 絹豆腐 三温糖 よもぎ粉	牛乳	牛乳
ヨーグルトジュース	ヨーグルトジュース	牛乳	牛乳	ヨーグルトジュース	ヨーグルトジュース	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
22 体操		23		24 スイミング		25 5歳児茶谷クッキング		26 2・3歳児クッキング	
ごはん	白米 胚芽米	秋野菜パゲティ	スパゲティ 鶏ひき肉 なす 玉葱 えのき 鶏がら 醤油 塩 こしょう	ごはん	白米 胚芽米	ごはん	白米 胚芽米	ごはん	白米 胚芽米
唐揚げ	鶏肉 醤油 鶏がら 生姜 片栗粉 油	白和え	絹豆腐 さつまいも 人参 枝豆 味噌 醤油 ごま	豆腐のあんかけ	絹豆腐 鶏ひき肉 玉葱 もやし だし 醤油 三温糖 片栗粉	鶏のカレーマヨ焼き	鶏肉 カレーの王子様 マヨドレ	カレイの塩焼き	カレイ 塩
ナムル	ほうれん草 もやし 人参 鶏がら 醤油 ごま油	スープ	キャベツ コーン 鶏がら 醤油 塩 こしょう	きんぴらごぼう	ごぼう 人参 醤油 三温糖 油 ごま	厚揚げの煮物	厚揚げ 人参 大豆 ひじき だし 醤油 三温糖	サラダ	春雨 人参 小松菜 醤油 酢 ごま油
すまし汁	わかめ えのき だし 醤油 塩	栗ご飯おにぎり	白米 胚芽米 栗 塩 黒ごま	味噌汁	南瓜 しめじ だし 味噌	味噌汁	わかめ 松山あげ だし 味噌	すまし汁	なめこ 豆腐 だし 塩 醤油
柿 / りんご	柿 / りんご	牛乳	牛乳	スイートポテト	さつまいも 三温糖 豆乳 A-1マーガリン	りんごゼリー	りんごジュース 三温糖 寒天	ぼたぼた焼き	ぼたぼた焼き
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ヨーグルトジュース	ヨーグルトジュース
29 体操		30 2~5歳児遠足		31 避難訓練		今月の郷土料理~千葉県~ 18日(木) れんごんの炒め煮 芋けんちん 草団子			
ひじきご飯	白米 胚芽米 ひじき ごま 醤油 塩	おにぎり	白米 胚芽米 ふりかけ	ごはん	白米 胚芽米				
さんまの塩焼き	さんま 塩 ポン酢	鶏の照焼き	鶏肉 醤油 三温糖 片栗粉/ブロッコリー ミニトマト	きのこのハンバーグ	豚ひき肉 玉葱 絹豆腐 パン粉 しいたけ しめじ まいたけ 塩 こしょう ソース				
かぼちゃサラダ	南瓜 じゃがいも 胡瓜 人参 マヨドレ 塩こしょう	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 マヨドレ 塩 こしょう	和え物	ブロッコリー 人参 コーン 酢 醤油 三温糖 ごま油				
味噌汁	白菜 玉葱 だし みそ	みかん	みかん	味噌汁	わかめ ぶ だし 味噌				
カレトースト	食パン カレーの王子様 マヨドレ	フルーツゼリー	フルーツゼリー	南京クッキー	小麦粉 バター グラニュー糖 牛乳 塩 バニラエッセンス 南瓜 ココア				
牛乳	牛乳	ヨーグルトジュース	ヨーグルトジュース	牛乳	牛乳				

※お知らせ※ 時期柄、仕入れ等の都合により、献立変更をする場合がございます。何卒、ご了承御願いたします。