

2018年 10月

みつばさ保育園/こひつじ分園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
1		2		3		4		5	
ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	きのこパスタ	パスタ ウインナー しめじ えのき エリンギ たまねぎ ほうれん草 しょうゆ 昆布茶 塩こしょう 刻みのり
鶏肉の梅肉焼き	鶏肉 梅チューブ マヨドレ	カレイのカレームニエル	カレイ カレーの王子様 片栗粉	鶏肉の照り焼き	鶏肉 しょうゆ 三温糖	さばの味噌煮	さば 生姜 味噌 三温糖	キャベツのゆかり和え	キャベツ もやし ゆかり
春雨サラダ	春雨 きゅうり ハム コーン しょうゆ 酢 三温糖	五目豆	大豆 大根 にんじん 高野豆腐 昆布 だし しょうゆ 三温糖	おいもサラダ	さつまいも じゃがいも きゅうり マヨドレ	チンゲン菜の和え物	チンゲン菜 にんじん もやし だし しょうゆ 三温糖	スープ	ニラ ごま 鶏がら しょうゆ 塩
味噌汁	小松菜 にんじん だし 味噌	すまし汁	たまねぎ わかめ だし しょうゆ 塩	味噌汁	ふ 松山揚げ だし 味噌	すまし汁	大根 なめこ だし しょうゆ 塩		
黒糖蒸しパン	小麦粉 ベーキングパウダー 黒糖 三温糖	りんご	りんご	ココアケーキ	小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 ココア 油	お好み焼きトースト	食パン ソース マヨドレ かつお節 青のり	おにぎり(昆布)	米 胚芽米 塩昆布
8		9		10		11		12	
	ごはん	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	栗ごはん	米 胚芽米 栗	ハヤシライス	米 胚芽米 豚肉 たまねぎ にんじん じゃがいも ルウ
	さわらの幽庵焼き	さわらの幽庵焼き	さわら ゆず しょうゆ 三温糖	酢鶏	鶏肉 玉ねぎ ピーマン にんじん 酢 しょうゆ 三温糖 ケチャップ 片栗粉	鮭の塩焼き	鮭 塩	酢の物	きゅうり わかめ もやし だし しょうゆ 酢 三温糖
	煮物	煮物	厚揚げ 大根 にんじん ひじき だし しょうゆ 三温糖	ブロッコリーの和え物	ブロッコリー ちくわ かつお節 だし しょうゆ 三温糖	かぼちゃサラダ	かぼちゃ にんじん きゅうり マヨドレ	梨	梨
	味噌汁	味噌汁	じゃがいも わかめ だし 味噌	すまし汁	なめこ ふ だし しょうゆ 塩	味噌汁	ほうれん草 松山揚げ だし 味噌		
	バナナ		バナナ	りんごトースト	食パン りんごジャム さつまいも	メープルケーキ	小麦粉 ベーキングパウダー ケーキシロップ 三温糖	おにぎり(梅おかか)	米 胚芽米 梅干 かつお節
15		16		17		18		19	
ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	中華丼	米 胚芽米 豚肉 白菜 にんじん しいたけ だし 鶏がら しょうゆ 片栗粉
さばの竜田揚げ風	さば 生姜 しょうゆ 三温糖 片栗粉 油	鶏肉のトマト煮	鶏肉 たまねぎ しめじ トマトピューレ ケチャップ	カレイの西京焼き	カレイ 味噌 マヨドレ 三温糖	鶏肉のパン粉焼き	鶏肉 塩こしょう パン粉	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー コーン マヨドレ
チャプチェ	春雨 にんじん たまねぎ ニラ しょうゆ 三温糖 ごま油	マカロニサラダ	マカロニ にんじん きゅうり マヨドレ	きんぴらごぼう	ごぼう にんじん いんげん だし しょうゆ 三温糖	蒸し野菜のごまだれ和え	ほうれん草 キャベツ にんじん しょうゆ 酢 三温糖 すりごま	みかん	みかん
すまし汁	じゃがいも もやし だし しょうゆ 塩	味噌汁	わかめ ふ だし 味噌	すまし汁	チンゲン菜 松山揚げ だし しょうゆ 塩	味噌汁	豆腐 ねぎ だし 味噌		
ラスク	食パン グラニュー糖 バター	りんご ヨーグルトジュース	りんご ヨーグルトジュース	おにぎり(ごま)	米 胚芽米 ごま 塩	焼き芋	さつまいも	いちご蒸しパン	小麦粉 ベーキングパウダー いちごジャム 三温糖
22		23		24		25		26	
焼きうどん	うどん 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ だし しょうゆ 三温糖	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	ゆかりごはん	米 胚芽米 ゆかり
中華サラダ	きゅうり わかめ しょうゆ 三温糖 ごま油 ごま	さばの塩焼き	さば 塩	きのこハンバーグ	豚ひき肉 豆腐 たまねぎ ひじき しめじ しいたけ ケチャップ ソース	鮭のポテトチーズ焼き	鮭 じゃがいも チーズ 塩こしょう	唐揚げ	鶏肉 しょうゆ 三温糖 生姜
りんご	りんご	小松菜のお浸し	小松菜 平天 もやし だし しょうゆ 三温糖	切干大根の煮物	切干大根 にんじん うすあげ だし しょうゆ 三温糖	コールスロー	キャベツ にんじん コーン マヨドレ 酢 三温糖	カレーパサラ	スパゲティ きゅうり にんじん ツナ マヨドレ カレーの王子様
マロンケーキ	小麦粉 ベーキングパウダー 栗の甘露煮 三温糖 油	すまし汁	たまねぎ なめこ だし しょうゆ 塩	味噌汁	かぼちゃ わかめ だし 味噌	すまし汁	豆腐 ねぎ だし 味噌	味噌汁	さつまいも ふ だし 味噌
	バナナ	バナナ	バナナ	おにぎり(おかか)	米 胚芽米 かつお節 しょうゆ	ホットドッグ	ロールパン ウインナー ケチャップ	かぼちゃクッキー	小麦粉 グラニュー糖 バター かぼちゃパウダー
29		30		31		共通献立 ・11日(木) 栗ごはん ・25日(木) 鮭のポテトチーズ焼き ・24日(水) きのこハンバーグ ・26日(金) かぼちゃクッキー		土曜給食 ・13日(土) 焼肉丼 味噌汁 みかん ・20日(土) 牛肉の混ぜごはん 味噌汁 バナナ	
ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米	ごはん	米 胚芽米				
鶏肉のマヨボン焼き	鶏肉 マヨドレ ボン酢	さわらのごま味噌焼き	さわら 味噌 三温糖 ごま	豚肉の生姜焼き	豚肉 にんじん たまねぎ ピーマン もやし 生姜 しょうゆ 三温糖				
ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー にんじん かつお節 だし しょうゆ 三温糖	ポテトサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり マヨドレ	湯豆腐	豆腐 かつお節 ボン酢				
味噌汁	キャベツ なめこ だし 味噌	すまし汁	なす ふ だし しょうゆ 塩	味噌汁	わかめ 松山揚げ だし 味噌				
キャラメルパン	食パン 生クリーム 三温糖	みかん ヨーグルトジュース	みかん ヨーグルトジュース	かぼちゃのスイートポテト	かぼちゃ バター グラニュー糖				