

献立表 10月

2022年9月28日

乳児(あひる・あかぐみ)、幼児(もも・き・あおぐみ)

朝晩が涼しくなり、吹く風や虫の声からも秋を感じられるようになってきました。
給食室の裏にある柿の木に、今年はたくさん実がなっています。赤く色づき食べ頃になるのが今から楽しみです。スポーツの秋・食欲の秋・芸術の秋…いろいろな秋に感謝しながら、体調管理に気をつけてみんなで楽しみましょう♪

	月 10・24	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28	土 1・15・29
献立	秋の収穫鍋 くだもの	酢豚 いりどりナムル 中華スープ	さばの塩焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁	れんこん豆腐ハンバーグ 花野菜サラダ コンソメスープ	牛肉とごぼうの炒め煮 納豆和え すまし汁	鶏南蛮うどん 小松菜のおかか和え
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	うどん
材料	鶏肉 ごぼう 人参 里芋 さつま芋 しめじ まいたけ えのき マロニー 酒, みりん, 塩, 砂糖 しょうゆ(薄口, 濃口) 梨	豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン れんこん 片栗粉 鶏ガラスープ, 酢 砂糖, 酒, しょうゆ 太もやし 小松菜 人参 しょうゆ, ゴマ油 豆腐 わかめ 鶏ガラスープ, 塩	さば, 塩 切り干し大根 人参 ひじき 水煮大豆 油あげ 酒, みりん, 砂糖 塩, しょうゆ 玉ねぎ じやが芋 人参 ねぎ 味噌	合挽きミンチ 豆腐 れんこん 玉ねぎ パン粉 塩, ケチャップ, 砂糖 ブロッコリー カリフラワー 赤パプリカ 黄パプリカ 酢, 砂糖, 塩 オリーブ油 キャベツ 人参 コーン パセリ コンソメ, 塩	牛肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく 酒, みりん, 砂糖 しょうゆ ひきわり納豆 ほうれん草 白菜 人参 もやし シーチキン 焼きのり しょうゆ まいたけ ふ みつば 酒, みりん, しょうゆ, 塩	うどん 鶏肉 人参 しめじ ねぎ 昆布, 塩, 砂糖 酒, みりん しょうゆ(薄口, 濃口) 小松菜 キャベツ 人参 花かつお しょうゆ
おやつ	五平餅、牛乳 米, 赤味噌, 三温糖 しらす干し, 酒, みりん	鬼まんじゅう、牛乳 さつま芋, 米粉, 砂糖	卵ボーロ、牛乳 卵, 小麦粉, サラダ油 ベーキングパウダー ごま、三温糖	ココア寒天、牛乳 寒天, ココア, 砂糖, 豆乳	さつま芋ときな粉の パウンドケーキ、牛乳 小麦粉, きな粉, 砂糖 レーズン, 豆乳 ベーキングパウダー サラダ油, 塩	おせんべい・果物など お茶
	月 3・17・31	火 4・18	水 5・19	木 6・20	金 7・21	土 8・22
献立	八宝菜 春雨サラダ くだもの	アジフライ ほうれん草の梅和え すまし汁	きのこカレー 根菜サラダ	すきやき風煮 小松菜のしらす和え みそ汁	鶏肉の南蛮漬け 花野菜のゴマ和え すまし汁	トマトハヤシシチュー マカロニサラダ
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
材料	豚肉 白菜 人参 もやし マッシュルーム ちんげん菜 鶏ガラスープ, 塩 酒, しょうゆ, 片栗粉 春雨 きゅうり 人参 わかめ 酢, 砂糖, 塩	アジ 小麦粉 パン粉 塩, 油 ほうれん草 人参 えのき 梅干し 花かつお しょうゆ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ まいたけ エリンギ バター 小麦粉 カレー粉 ヨーグルト スキムミルク チーズ 黒砂糖, ケチャップ, 塩 ごぼう れんこん 人参 豆苗 ひじき マヨドレ, 塩	牛肉 焼豆腐 玉ねぎ 人参 白ねぎ ふ 糸こんにゃく 酒, みりん, 砂糖 しょうゆ 小松菜 しらす干し 人参 酢, 砂糖, 油 しょうゆ なす ねぎ 酒, みりん, 塩 しょうゆ	鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 土生姜 酢, しょうゆ, 酒 砂糖, 油, みりん だし汁, 片栗粉 ブロッコリー キャベツ 人参 コーン ごま しょうゆ	豚肉 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 三度豆 トマト水煮 小麦粉 油 ケチャップ, 塩 ウスターソース コンソメ, 砂糖 マカロニ きゅうり 人参 レーズン コーン 酢, 砂糖, 塩 オリーブ油
	梨, ぶどうなど	豆腐 大根 人参 みつば みりん, 塩 酒, しょうゆ				
おやつ	かぼちゃもち、牛乳	肉まん、牛乳	芋ようかん、牛乳	フルーツサンド、牛乳	ふかし芋or焼き芋 牛乳	ビスケット・果物など お茶
	かぼちゃ、米粉 きな粉, 三温糖, 水 サラダ油	合挽きミンチ, ニラ, 塩 小麦粉, 砂糖, 酒, しょうゆ ベーキングパウダー サラダ油, 片栗粉	さつま芋, 寒天, 砂糖	食パン, 生クリーム, 砂糖 秋の果物(梨, ぶどう, りんごなど)	さつま芋	

☆味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。