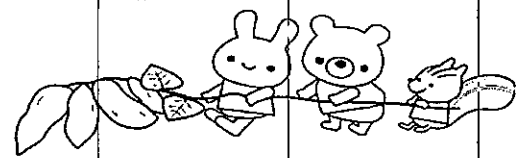


★ 10月 ひよこ・かえで 献立表 ★

1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	14 月	15 火
■ごはん 米 ■鶏肉のポン酢炒め とりたけ たまねぎ だし にんじん しょうゆ キャノーラ油 ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉のトマト煮 ぶたにく たまねぎ にんじん ブロッコリー トマト缶 醤油 ■キャノーラ油 ■オクラのツナ和え オクラ にんじん ツナ水煮 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■みそうどん うどん とろろ たまねぎ にんじん えのき 青ねぎ みそ 削りぶし ■ぶし昆布 だし みそ ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ドライカレー 米 ■鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお カレー粉 パイナップル ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお ■スープ スキヤップ ブロッコリー しお	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ ■だし昆布 削りぶし ■小松菜の和え物 小松菜 ごま油 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■たらしの煮付け たらし しょうゆ 濃口しょうゆ ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬぎや ごま油 ■穀物酢 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ ■キャノーラ油 ■ひじき煮 ひじき にんじん あけ きぬぎや ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とり 濃口しょうゆ ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ ■ごま油 ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ ■削りぶし 青ねぎ だし 昆布 削りぶし しお ■淡口しょうゆ 淡口しょうゆ ■野菜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 緑豆もやし さいやいんげん キャノーラ油 鶏がらスープ 濃口しょうゆ	■ポークカレー ぶたにく たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 ■ブロッコリー ブロッコリー キャノーラ油 ■コンソメ コンソメ マヨネーズ	■鶏のすき焼き風丼 米 とり たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 ■コンソメ コンソメ 濃口しょうゆ ■オクラの和え物 オクラ にんじん 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉と玉ねぎの甘辛煮 ぶたにく たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さとう 濃口しょうゆ ■インゲンのおかか和え さいやいんげん にんじん 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	
10時	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶
3時	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 ■牛乳	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳	■おほかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳	■黒豆のチョコトースト 黒豆 クッキー ■お茶 ほうじ茶	■ブルーベリージャムサンド ブルーベリージャム ■牛乳	■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 ■牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳	■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 ■牛乳



スポーツの日

16 水	17 木	18 金	19 土	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	28 月	29 火	30 水	31 木	
■栗ごはん 米 だし 昆布 ■さわらの西京焼き さわら ■お豆腐 お豆腐 ■春雨の酢の物 春雨 はるさめ にんじん ■穀物酢 濃口しょうゆ ■すまし汁 ごま油 濃口しょうゆ みりん だし 昆布 削りぶし	■ナポリタン スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン ケチャップ トマト缶 醤油 ■キャノーラ油 ■ミニポトフ ミニポトフ ブロッコリー にんじん ウインナー ブロッコリー しお	■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さいやいんげん キャノーラ油 カレー粉 ■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー たまねぎ ツナ水煮 マヨネーズ	■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ ■鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー プロッコリー にんじん ごま油 ■穀物酢 濃口しょうゆ ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ	■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば しお ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬぎや ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 糸こんにゃく 濃口しょうゆ ■キャノーラ油 ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とり 濃口しょうゆ しょうが かたくり粉 ごめ粉 ■大根サラダ だいこん コーン にんじん ■穀物酢 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■やしそば 中華めん ぶたにく たまねぎ きぬぎや にんじん キャノーラ油 中濃ソース キャノーラ油 ■お豆腐 お豆腐 ■真さつまいも味噌汁 かたくり粉 ごめ粉 キャノーラ油 ■コールスローサラダ きゅうり にんじん コーン マヨネーズ	■チキンカツカレー 米 じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 ■ブロッコリー ブロッコリー キャノーラ油 ■インゲンの和え物 さいやいんげん にんじん 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■お弁当 お弁当	■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば しお ■がんもどき がんもどき にんじん きぬぎや 濃口しょうゆ ■みそ汁 みそ だし 昆布 削りぶし	■わかめうどん うどん わかめ たまねぎ だし 昆布 削りぶし しお ■さとう さとう 濃口しょうゆ みりん ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ ■白ごま	■★ハロウィン献立★ 米 ■炊き込みピラフ ツナ水煮 ブロッコリー にんじん コーン たまねぎ マーガリン ■豆腐ハンバーグ 豆腐 ケチャップ ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ ■コンソメスープ ブロッコリー にんじん ブロッコリー しお		
10時	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	
3時	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳	■クラッカー クラッカー ■牛乳	■ブルーベリージャムサンド ブルーベリージャム ■牛乳	■ポムマシマロ ポムマシマロ ■牛乳	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳	■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳	■お豆腐のラスク お豆腐 マーガリン ■牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■かぼちゃクッキー こめ粉 ベーキングパウダー かぼちゃ マーガリン さとう キャノーラ油 ■牛乳



お弁当日