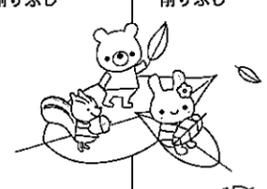
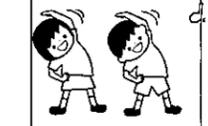
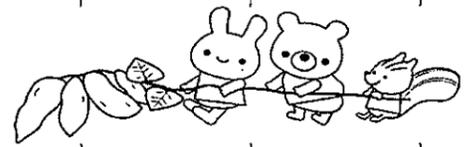


★ 10月 ひよこ・かえで 献立表 ★

1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	13	14	15
水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 ポークチャップ ぶたにく たまねぎ しめじ ケチャップ さとう キャノーラ油 オクラのおかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう 花かつお みそ はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> みそうどん うどん とりにく たまねぎ にんじん しめじ 青ねぎ みそ 削りぶし だし昆布 みりん風 金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま 	<ul style="list-style-type: none"> 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 にんじん きゅうり マヨネーズ スープ きよべつ ヨーヨー しお 	<ul style="list-style-type: none"> 豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし 小松菜の和え物 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう みそ ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 たらこの煮付け たらこ しょうが 濃口しょうゆ さとう 炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや 穀物酢 濃口しょうゆ さとう 削りぶし みそ ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん みそ 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 プロッコリー にんじん かつおぶし 濃口しょうゆ さとう みそ はくさい カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 鶏のねぎみそ焼き とりにく たまねぎ 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 インゲンのごま和え さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま みそ はくさい カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーウ パイナップル マカロニ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう みそ ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<p style="text-align: center; font-size: 2em;">スポーツの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 みそ 濃口しょうゆ さとう みそ はくさい にんじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし みそ はくさい あぶらあげ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> 菜ごはん 米 マロン だし昆布 さわらの西京焼き さわら しお 甘みそ さとう 春雨の酢の物 はるさめ きゅうり 穀物酢 濃口しょうゆ さとう すまし汁 とうふ 濃口しょうゆ みりん風 しお だし昆布 削りぶし 	
<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶
<ul style="list-style-type: none"> 抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶 マーガリン さとう 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> フルーツ (もも缶) もも缶 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ポップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> セザミクッキー こむぎ粉 マーガリン 黒ごま さとう 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ゆかりおにぎり 米 ゆかり お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> フルーツ (みかん缶) みかん缶 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 源氏パイ 源氏パイ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> フルーツ (もも缶) もも缶 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ココアクッキー こむぎ粉 マーガリン さとう ココア しお 牛乳 		



16	17	18	20	21	22	23	24	25	27	28	29	30	31
水	木	金	土	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金
<ul style="list-style-type: none"> 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 トマト缶 ケチャップ さとう ヨーヨー しお キャノーラ油 ミニポトフ だいにん プロッコリー にんじん ウインナー パイナップル しお 	<ul style="list-style-type: none"> キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレーウ パイナップル コーン コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> 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 プロッコリーの中薬和え プロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう 中華スープ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ほうれん草の和え物 ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう みそ あぶらあげ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 豚肉の甘辛炒め ぶたにく きよべつ たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさや 削りぶし みそ だいにん ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ しょうが かたくり粉 キャノーラ油 もやし きぬさや にんじん さとう 濃口しょうゆ さとう みそ はくさい にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> やきそば 小麦中華めん ぶたにく きよべつ 緑豆もやし にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし だいにん あつあげ ごぼう にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> 子キンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーウ パイナップル コーン マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> 豚肉の生姜焼き丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 インゲンの和え物 さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう みそ ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 鶏の塩こうじ焼き とりにく 塩こうじ がんと煮 がんと煮 にんじん ボンス さとう しお キャノーラ油 オクラの胡麻和え おくら にんじん 白ごま 濃口しょうゆ さとう みそ はくさい きぬさや みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 白身魚のフライ ばさ こむぎ粉 パン粉 キャノーラ油 中濃ソース キャベツの酢の物 きよべつ カットわかめ にんじん 穀物酢 濃口しょうゆ さとう みそ だいにん ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のフォー フォー とりにく 緑豆もやし 青ねぎ さとう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ しょうが オイスターソース炒め ほうれん草 ツナ水煮 濃口しょうゆ 中濃ソース さとう 鶏がらスープ ごま油 	<ul style="list-style-type: none"> ☆ハロウィン献立☆ 炊き込みピラフ 米 ツナ水煮 パイナップル しお にんじん コーン たまねぎ マーガリン パセリ缶 豆腐ハンバーグ ハンバーグ ケチャップ マカロニ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ コンソメスープ プロッコリー にんじん パイナップル しお 	
<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー お茶 ほうじ茶
<ul style="list-style-type: none"> ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ココナッツサブレ ココナッツサブレ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ポップコーン (ココア) ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> きなこクッキー こむぎ粉 マーガリン さとう 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> クラッカー クラッカー いちごジャム 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 菜めしおにぎり 米 菜めし お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> フルーツ (みかん缶) みかん缶 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 源氏パイ 源氏パイ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ポップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> お麩のラスク ふ マーガリン さとう 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> わかめおにぎり 米 わかめご飯の素 お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> かぼちゃクッキー こむぎ粉 かぼちゃ マーガリン さとう 牛乳

