

令和6年 10月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通					
日	曜	朝食	主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名
1	火	ちりめん 麦茶		豚肉の生姜焼き	豚肉 生姜 玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン 油 砂糖 醤油 みりん 酒	じゃがコーンソテー	じゃが芋 コーン缶 玉葱 人参 ウイナー 油 コンソメ 醤油 塩こしょう	オレンジ	☆いりこ大豆牛乳 いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま
2	水	バナナ 麦茶		魚の満点バーグ	エソミンチ ちりめん 生姜 玉葱 人参 しめじ ひじき 豆腐 青のり ごま 片栗粉 スキムミルク ケチャップ ソース	小松菜のお浸し	小松菜 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節	ミニトマト	シュガーラスク牛乳 食パン バター グラニュー糖
3	木	オレンジ 牛乳		かぼす風味の豆乳味噌汁	鶏肉 豆乳 玉葱 人参 生椎茸 さつま芋 こんにゃく 豆腐 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干だし かぼす果汁	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	キウイ	昆布おにぎり麦茶 米 塩昆布 かつお節 ごま
4	金	チーズ 麦茶		高野豆腐のカレー風味	豚肉 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース カレー粉 砂糖 醤油 煮干だし	カリカリベーコンサラダ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	バナナ	黒ごまふんわりクッキー牛乳 ホットケーキミックス 黒ごま バター 砂糖 牛乳 スキムミルク
5	土	キウイ 麦茶		和風スパゲティ	ツナ缶 玉葱 人参 しめじ ほうれん草 スパゲティ麺 パター 鶏がらスープの素 醤油 塩こしょう	きのこ豆腐のスープ	えのき しめじ 生椎茸 豆腐 玉葱 人参 コンソメ 醤油 パセリ	オレンジ	菓子牛乳 菓子
7	月	バナナ 麦茶		千草焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 油 砂糖 醤油 スキムミルク	☆根菜きんぴらふりかけ	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく いんげん ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま いりこ かつお節 青のり ごま 塩	ミニトマト	スイートポテト牛乳 さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵黄
8	火	ヨーグルト 麦茶		ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	小松菜のかぼす和え	小松菜 人参 もやし ちりめん 砂糖 醤油 かぼす果汁	キウイ	コーン蒸しパン牛乳 蒸しパンミックス コーン缶 ベーコン チーズ 牛乳 スキムミルク
9	水	オレンジ 麦茶		☆れんこん入りチャプチェ	鶏ミンチ れんこん 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	☆パンパングー風サラダ	切干大根 胡瓜 トマト ささみ マヨネーズ 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	バナナ	やせうま牛乳 やせうま麺 きなこ 砂糖 塩
10	木	キウイ 麦茶		鮭のきのこあんかけ	鮭 塩こしょう えのき しめじ 生椎茸 砂糖 醤油 片栗粉	おかかひじきキャベツ	ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節	ミニトマト	あんバタートースト牛乳 食パン こしあん バター
11	金	バナナ 牛乳		肉豆腐	牛肉 焼き豆腐 玉葱 人参 生椎茸 糸こんにゃく 白菜 葱 砂糖 醤油 煮干だし	☆ちくわの酢の物	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	田舎おにぎり麦茶 米 大根葉 油揚げ 油 砂糖 醤油 ごま
12	土	ちりめん 麦茶		里芋の味噌シチュー	鶏肉 里芋 玉葱 人参 しめじ いんげん パター 味噌 シチュールー スキムミルク	ブロッコリーの ごま和え	ブロッコリー 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	チーズ	菓子牛乳 菓子
15	火	ヨーグルト 麦茶		スパニッシュオムレツ	卵 ベーコン 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	カラフルソテーふりかけ	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油 いりこ かつお節 青のり ごま 塩	キウイ	☆ざくざくクッキー牛乳 ホットケーキミックス レーズン 玄米フレーク パター 砂糖 牛乳 スキムミルク ごま
16	水	オレンジ 麦茶		☆鶏肉のかぼす照り焼き	鶏肉 砂糖 醤油 みりん かぼす果汁	野菜のうま煮	人参 茄子 南瓜 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干だし	ミニトマト	ふかし芋牛乳 さつま芋 塩
17	木	キウイ 牛乳		麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	☆お好みごはん麦茶 米 卵 ニラ ちりめん チーズ 醤油 油
18	金	チーズ 麦茶		そぼろ肉じゃが	合挽ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干だし	和風サラダ	レタス 胡瓜 人参 コーン缶 わかめ ツナ缶 砂糖 醤油 酢 油	オレンジ	きなこ蒸しパン牛乳 蒸しパンミックス きなこ 小豆缶 牛乳 スキムミルク
19	土	バナナ 麦茶		五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺 ごま油 ソース 塩こしょう	青梗菜と卵のスープ	青梗菜 卵 玉葱 人参 えのき 鶏がらスープの素 醤油	キウイ	菓子牛乳 菓子
21	月	オレンジ 麦茶		☆鯖のカレー竜田揚げ うま塩給食の日	鯖 醤油 みりん カレー粉 片栗粉 油	☆切干大根のマヨポン和え	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 かにかま マヨネーズ ポン酢	ミニトマト	さつま芋のコロコロボール牛乳 さつま芋 レーズン バター 砂糖 生クリーム 玄米フレーク
22	火	キウイ 牛乳		☆けんちん汁	鶏肉 人参 ごぼう 大根 里芋 こんにゃく 豆腐 油揚げ 葱 薄口醤油 みりん 煮干だし	五目納豆	納豆 人参 たくあん ほうれん草 ちりめん 砂糖 醤油 ごま	バナナ	おかかチーズおにぎり麦茶 米 かつお節 チーズ 醤油
23	水	ヨーグルト 麦茶		ニラ豚丼	豚肉 ニラ 卵 玉葱 人参 エリンギ もやし ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	コートrost牛乳 食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう パセリ
24	木	ちりめん 麦茶		厚揚げと小松菜のグラタン	鶏肉 厚揚げ 小松菜 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 塩こしょう スキムミルク 小麦粉 パター 牛乳 コンソメ 粉チーズ	洋風ひじき煮ふりかけ	ひじき 玉葱 人参 油揚げ グリンピース ケチャップ 砂糖 醤油 みりん 酒 いりこ かつお節 青のり ごま 塩	ミニトマト	ココアホットケーキ牛乳 ホットケーキミックス ココア 砂糖 牛乳 スキムミルク パター 粉糖
25	金	オレンジ 麦茶		☆大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	野菜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 砂糖 醤油	キウイ	南瓜ようかん牛乳 南瓜 砂糖 粉寒天
26	土	バナナ 麦茶		味噌ちゃんぽん	豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ 葱 中華麺 味噌 鶏がらスープの素 みりん 煮干だし	さつま芋のごまバター	さつま芋 バター 砂糖 醤油 ごま	チーズ	菓子牛乳 菓子
28	月	キウイ 牛乳		ヘルシーハンバーグ	鶏ミンチ 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ 卵 パン粉 塩こしょう スキムミルク ケチャップ ソース	昆布煮	刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	☆海おにぎり麦茶 米 ちりめん かつお節 青のり 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま
29	火	チーズ 麦茶		八宝菜	豚肉 いか えび 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	ひじきナムル	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	お麩スナック牛乳 麩 ごま油 青のり 塩
30	水	ヨーグルト 麦茶		秋野菜カレー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 茄子 さつま芋 青梗菜 油 カレールー スキムミルク	☆コールスローサラダ	キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	オレンジ	かぼすのふんわりケーキ牛乳 ホットケーキミックス ベーキングパウダー 卵 グラニュー糖 バター かぼす果汁
31	木	バナナ 麦茶		カルシウム卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 小松菜 ひじき 油 砂糖 醤油 スキムミルク チーズ	レバーのケチャップ煮	鶏レバー 生姜 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ コンソメ 砂糖	ミニトマト	南瓜サンド牛乳 食パン 南瓜 バター 砂糖 スキムミルク

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります