


献立表

令和3年10月の献立

六満こども園(幼児)

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
11・25		12・26		13・27		14・28		1・15・29		2・16・30	
ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	すき焼き風丼	米 玄米 牛肉 白菜 人参 玉葱 麩 糸こんにゃく かつお 醤油 三温糖 みりん 酒	鶏わかめ うどん	うどん 鶏肉 葱 かまぼこ わかめ 昆布 かつお 醤油 三温糖 みりん
八宝菜	豚肉 人参 玉葱 ピーマン 白菜 えび ヤングコーン きくらげ 醤油 三温糖 中華あじ 酒 片栗粉	筑前煮	鶏肉 人参 蓮根 こんにゃく グリンピース じゃが芋 かつお 醤油 みりん 酒	鮭の もみじ焼き	鮭 人参 玉葱 マヨネーズ 醤油 酒	南瓜 コロッケ	南瓜 じゃが芋 合挽肉 玉葱 小麦粉 パン粉 醤油 コンソメ 油	大根と柿の 甘酢和え	柿 大根 小松菜 酢 三温糖 醤油	バナナ	
もやしナムル	もやし チンゲン菜 人参 しめじ ごま ごま油 三温糖 醤油	キャベツと ちくわの おかか和え	キャベツ ちくわ 人参 豆苗 かつお節 醤油 三温糖	ひじきの サラダ	ひじき パプリカ 大豆 コーン いんげん 醤油 三温糖	ブロッコ リーサラダ	ブロッコリー 人参 ツナ 醤油 三温糖	赤だし	舞茸 玉葱 ねぎ かつお 赤味噌		
わかめスープ	大根 玉葱 わかめ 中華あじ 醤油	小松菜の 味噌汁	油揚げ 小松菜 玉葱 かつお 味噌	里芋の すまし汁	里芋 しめじ 人参 三つ葉 かつお 醤油	コンソメ スープ	エリンギ 玉葱 レタス マカロニ コンソメ	おじゃこ			
おじゃこ		おじゃこ		鶏レバー				15・29日お弁当			
★ りんご パン	りんご 強力粉 三温糖 塩 卵 ドライイースト 油 フリッツ	柿 ビスケット		★ そばろ おにぎり	米 合挽肉 人参 醤油 みりん 三温糖	おじゃこ せんべい			★ 小豆羊羹	こしあん 粉寒天 三温糖 塩	おかき
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
4・18		5・19		6・20		7・21		22		9・23	
ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	チキンカレー ライス	米 玄米 鶏肉 人参 じゃが芋 玉葱 しめじ グリンピース 赤ワイン カレールウ	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	きつねうどん	うどん 油揚げ かまぼこ 葱 昆布 かつお 醤油 三温糖 みりん
豚肉の 生姜焼き	豚肉 人参 玉葱 ピーマン 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒	鯖の西京焼き	鯖 西京味噌	コールスロー サラダ	キャベツ 人参 胡瓜 マヨネーズ レモン汁	ミート ローフ	合挽肉 人参 玉葱 コーン 塩 ケチャップ ウスターソース コンソメ	赤魚の煮付	赤魚 醤油 三温糖 みりん 酒	オレンジ	
白菜と パプリカの 磯和え	白菜 パプリカ しめじ のり 醤油 三温糖	小松菜と もやしの ごま和え	小松菜 油揚げ 人参 もやし ごま 醤油 三温糖	おじゃこ		切干大根の 酢の物	切干大根 人参 胡瓜 わかめ ツナ 酢 三温糖 醤油	白和え	ほうれん草 豆腐 さつま芋 しめじ 醤油 三温糖 白味噌		
さつま芋 味噌汁	さつま芋 玉葱 豆苗 かつお 味噌	豆腐の すまし汁	豆腐 玉葱 チンゲン菜 かつお 醤油			コンソメ スープ	キャベツ 玉葱 コーン しめじ コンソメ	すまし汁	もやし オクラ 玉葱 かつお 醤油		
おじゃこ		鶏レバー									
★ 黒糖バナナ スコーン	バナナ 小麦粉 黒糖 ベーキングパウダー バター 牛乳 卵	★ ボンデ ケーキ	白玉粉 小麦粉 粉チーズ ベーキングパウダー 牛乳 油	りんご		チーズ せんべい		★ 梅干しと昆布の おにぎり	米 梅干し 塩昆布	パイ	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	

※献立は都合により変更する場合があります。 ※★マークは手作りおやつです。

10月8日(金) お誕生感謝会

- ・牛肉とレタスの味噌ピラフ…(米、牛肉、レタス、赤味噌、酒、醤油、三温糖、コンソメ)
- ・サーモンフライ…(鮭、酒、塩、小麦粉、パン粉、油)
- ・りんご入りサラダ…(りんご、キャベツ、胡瓜、コーン、オリーブオイル、醤油、三温糖、酢)
- ・彩りスープ…(パプリカ、玉葱、ブロッコリー、コンソメ)

おやつ

- ・白玉あんみつ(こしあん、白玉粉、食紅、抹茶、上白糖、みかん缶、バナナ)
- ・牛乳

★10月 旬の食材★

南瓜 チンゲン菜 柿

鮭 りんご しめじ

さつま芋

