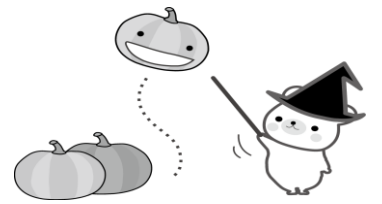




# 10月給食献立表



2024年 カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。

林田保育園

| 日 曜  | 昼 食                                         | 3未(10時) | 3 時           | 赤:血や肉になる                           | 黄:熱や力となる                                   | 緑:調子をととのえる                                              |
|------|---------------------------------------------|---------|---------------|------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
|      |                                             | ミルク     |               |                                    |                                            |                                                         |
| 1 火  | 豆腐ハンバーグ ほうれん草のごま和え<br>キャベツのみそ汁 パナナ          | さきすめ    | みかんゼリー        | するめ・合挽肉・豆腐<br>油揚げ・煮干・みそ            | パン粉・上白糖・ごま                                 | たまねぎ・ほうれん草・人参・もやし・キャベツ<br>わかめ・バナナ・みかん飲料・寒天・みかん缶詰        |
| 2 水  | のっぺい汁 卵焼き<br>ブロッコリー チーズ オレンジ                | スナックパン  | サブレ           | 鶏肉・卵・かつお節・チーズ<br>生クリーム             | パン・さといも・片栗粉・薄力粉<br>ホットケーキMIX・マーガリン・上白糖     | 大根・人参・ごぼう・椎茸・ねぎ<br>ブロッコリー・オレンジ                          |
| 3 木  | ポークチャップ マカロニサラダ<br>えのきのみそ汁 オレンジ             | シガーフライ  | ジャムサンド        | 豚肉・ロースハム・豆腐・煮干<br>みそ               | せんべい・調合油・マカロニ<br>マヨネーズ・食パン・いちごジャム          | ピーマン・たまねぎ・人参・椎茸<br>きゅうり・えのきたけ・ねぎ・わかめ・オレンジ               |
| 4 金  | 鮭のねぎ味噌焼き 青菜のソテー<br>白菜スープ オレンジ               | かみかみこんぶ | 野菜チップス        | 鮭・みそ・ロースハム                         | 上白糖・バター・さつまいも<br>調合油                       | 昆布・ねぎ・人参・ほうれん草・もやし・白菜<br>えのきたけ・しめじ・パセリ・オレンジ・れんこん        |
| 5 土  | ナポリタン 煮干かりんと<br>チーズ パナナ                     | 乳酸菌飲料   | スナックパン        | 乳酸菌飲料・ベーコン・チーズ<br>煮干               | バスタ・上白糖・調合油<br>マーガリン・パン                    | たまねぎ・人参・しめじ・ピーマン<br>バナナ                                 |
| 7 月  | 牛肉の甘辛炒め しゅうまい<br>きのこのみそ汁 オレンジ               | ビスケット   | ホットケーキ        | 牛肉・豆腐・鶏肉・煮干・みそ・牛乳                  | ビスケット・ごま油・上白糖<br>ホットケーキMIX・バター             | たまねぎ・ピーマン・えのきたけ・ねぎ<br>わかめ・しめじ・オレンジ                      |
| 8 火  | ミルクパン かぼちゃコロッケ<br>ごぼうサラダ 豆腐のスープ オレンジ        | さきすめ    | おかちー<br>おにぎり  | するめ・ベーコン・豆腐<br>かつお節・チーズ            | パン・コロッケ・調合油・マヨネーズ<br>米                     | ごぼう・人参・きゅうり・椎茸・たまねぎ<br>ごまつな・オレンジ                        |
| 9 水  | タンドリーチキン キャベツのゆかり和え<br>コンスープ パナナ            | パン      | あおのり<br>ビスケット | 鶏肉・ヨーグルト・牛乳                        | パン・薄力粉・上白糖・調合油                             | にんにく・たまねぎ・キャベツ・ゆかり<br>パセリ・バナナ・あおさ                       |
| 10 木 | 肉じゃが ポパイサラダ<br>大根のみそ汁 オレンジ                  | シガーフライ  | あずきむしぼん       | 豚肉・牛肉・ロースハム・油揚げ<br>煮干・みそ・牛乳        | せんべい・じゃがいも・上白糖<br>マヨネーズ・つぶあん・ホットケーキMIX     | たまねぎ・人参・椎茸・グリーンピース<br>ほうれん草・コーン・ねぎ・大根・オレンジ              |
| 11 金 | かれないのムニエル ハム入りごま和え<br>すまし汁 パナナ              | かみかみこんぶ | ヨーグルト         | かれない・ロースハム・かまぼこ<br>煮干・ヨーグルト        | 薄力粉・バター・ごま・上白糖                             | 昆布・レモン・キャベツ・もやし・人参<br>ねぎ・椎茸・わかめ・バナナ                     |
| 12 土 | <b>第 4 6 回 運 動 会</b>                        |         |               |                                    |                                            |                                                         |
| 14 月 | スポーツの日                                      |         |               |                                    |                                            |                                                         |
| 15 火 | 鶏肉のさっぱり煮 ひじきサラダ<br>チンゲンサイのスープ オレンジ          | さきすめ    | チーズドック        | するめ・鶏肉・ツナ缶・チーズ・牛乳                  | 上白糖・マヨネーズ<br>ホットケーキMIX・調合油                 | 生姜・ひじき・きゅうり・人参<br>チンゲンサイ・わかめ・にら・オレンジ                    |
| 16 水 | さつまい ピーマンのじゃこ炒め<br>ゆで卵 チーズ パナナ              | スナックパン  | フルーチェ         | 鶏肉・油揚げ・豆腐・竹輪・みそ・煮干<br>しらす・卵・チーズ・牛乳 | パン・さつまいも・調合油                               | 大根・人参・ごぼう・椎茸・ねぎ・生姜<br>ピーマン・バナナ・いちご                      |
| 17 木 | ♥誕生日会♥<br>ピラフ 鶏肉のから揚げ スパサラダ<br>コンソメスープ オレンジ | シガーフライ  | ケーキ           | ウインナー・鶏肉・ロースハム                     | せんべい・米・バター・片栗粉<br>調合油・バスタ・マヨネーズ<br>ショートケーキ | 人参・たまねぎ・しめじ・コーン・グリーンピース<br>生姜・きゅうり・れんこん・大根・オレンジ<br>もも缶詰 |
| 18 金 | 五目寿司 鰯の塩焼き<br>すまし汁 オレンジ                     | かみかみこんぶ | サイダーゼリー       | 油揚げ・竹輪・卵・鰯・豆腐<br>かまぼこ・煮干           | 米・上白糖・ゼリー                                  | 昆布・ごぼう・椎茸・人参・れんこん・いんげん<br>のり・レモン・ねぎ・わかめ・しめじ・オレンジ        |
| 19 土 | しょうゆラーメン 煮干かりんと<br>チーズ パナナ                  | 乳酸菌飲料   | スナックパン        | 乳酸菌飲料・焼豚・煮干・チーズ                    | 中華めん・上白糖・マーガリン<br>パン                       | キャベツ・もやし・コーン・人参・ねぎ<br>生姜・バナナ                            |
| 21 月 | 鶏肉のパン粉焼き 切干大根の煮物<br>白菜のみそ汁 パナナ              | ビスケット   | きなこふ菓子        | 鶏肉・チーズ・油揚げ・竹輪・煮干<br>みそ・きな粉         | ビスケット・マヨネーズ・パン粉<br>上白糖・麩・マーガリン             | にんにく・パセリ・切干大根・人参・ひじき<br>グリーンピース・白菜・ねぎ・たまねぎ・バナナ          |
| 22 火 | カレーライス ブロッコリーのサラダ<br>ゆで卵 チーズ オレンジ           | さきすめ    | おからクッキー       | するめ・牛肉・ツナ缶・卵・チーズ<br>おから・生クリーム      | じゃがいも・調合油・マヨネーズ・上白糖<br>バター・ホットケーキMIX・薄力粉   | たまねぎ・人参・しめじ・ほうれん草<br>コーン・ブロッコリー・ひじき・オレンジ・いちご            |
| 23 水 | レバニラ 中華風酢の物<br>ワンタンスープ パナナ                  | パン      | チヂミ           | 鶏肝臓・ロースハム・豚ひき肉                     | パン・上白糖・調合油・春雨・ごま<br>ぎょうざの皮・薄力粉・米粉・ごま油      | にら・もやし・生姜・きゅうり・人参<br>わかめ・白菜・ねぎ・バナナ                      |
| 24 木 | かぼちゃグラタン ウインナーソテー<br>もやしのみそ汁 オレンジ           | シガーフライ  | ドーナツ          | 鶏肉・牛乳・チーズ・ウインナー<br>油揚げ・煮干・みそ       | せんべい・マカロニ・バター・薄力粉<br>ホットケーキMIX・グラニュー糖・調合油  | 西洋かぼちゃ・しめじ・たまねぎ<br>グリーンピース・人参・ねぎ・もやし・オレンジ               |
| 25 金 | 白身魚の洋風焼き ひじきの五目煮<br>豆腐のみそ汁 オレンジ             | かみかみこんぶ | プリン           | メルルーサ・チーズ・油揚げ・竹輪<br>豆腐・煮干・みそ・牛乳    | マヨネーズ・上白糖・調合油<br>プリンの素                     | 昆布・たまねぎ・コーン・パセリ・ひじき<br>人参・グリーンピース・ねぎ・わかめ・オレンジ           |
| 26 土 | きつねうどん 煮干かりんと<br>チーズ パナナ                    | 乳酸菌飲料   | スナックパン        | 乳酸菌飲料・かまぼこ・油揚げ<br>天かす・煮干・チーズ       | うどん・上白糖・マーガリン・パン                           | ねぎ・人参・椎茸・バナナ                                            |
| 28 月 | 鶏肉のBBQソース 三色ナムル<br>すまし汁 オレンジ                | ビスケット   | シュガートースト      | 鶏肉・豆腐・かまぼこ・煮干                      | ビスケット・上白糖・ごま油・食パン<br>マーガリン                 | 生姜・にんにく・ほうれん草・人参・もやし・ねぎ<br>わかめ・えのきたけ・オレンジ               |
| 29 火 | 牛丼 白菜の浅漬け ゆで卵<br>チーズ オレンジ                   | さきすめ    | りんごのタルト       | するめ・牛肉・卵・チーズ                       | 米・上白糖・ホットケーキMIX                            | たまねぎ・人参・椎茸・ねぎ・白菜<br>オレンジ・りんご                            |
| 30 水 | ミルクパン メンチかつ<br>コールスローサラダ<br>野菜スープ パナナ       | シガーフライ  | しらすおにぎり       | 豚肉・ロースハム・しらす                       | せんべい・パン・パン粉・調合油<br>上白糖・マヨネーズ・米             | キャベツ・きゅうり・人参・冬瓜<br>たまねぎ・バナナ・のり                          |
| 31 木 | しょうが焼き 春雨サラダ<br>ふのみそ汁 オレンジ                  | スナックパン  | かぼちゃマフィン      | 豚肉・ロースハム・みそ・煮干<br>牛乳               | パン・上白糖・調合油・春雨・マヨネーズ<br>麩・ホットケーキMIX・薄力粉・バター | たまねぎ・人参・生姜・きゅうり・わかめ<br>オレンジ・かぼちゃ                        |

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。17日は誕生日会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。8日、30日はパンの日、18日は特別献立です。黄、青、白組はご飯はいりません。 ※都合により献立が変更になることがあります。