



10月 献立表【完了期】



令和5年

認定こども園中央幼稚園

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
2月	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 野菜入り肉団子 白菜の和え物 オレンジ 麦茶	さつま芋蒸しパン 麦茶	油揚げ 味噌 鶏肉 牛乳 スキムミルク	砂糖 米 片栗粉 ごま ごま油 薄力粉 油 さつま芋	人参 干しいたけ 切干大根 小松菜 昆布 玉ねぎ グリンピース 白菜 きゅうり コーン オレンジ	水 麦茶 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
3火	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 人参ドレッシング和え りんごジャムヨーグルト 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉 チーズ ヨーグルト スキムミルク きな粉	砂糖 米 マカロニ	大根 干しいたけ 白菜 昆布 もやし 人参 きゅうり りんごソース	こいくちしょうゆ 水 麦茶 料理酒 みりん 人参ドレッシング 塩
4水	赤ちやんせん べい 麦茶	ご飯 すまし汁 ツナじゃが キャベツの味噌マヨ和え チーズ 麦茶	ジャムサンド 麦茶	ツナ 味噌 チーズ	赤ちやんせんべい 米 小切替 じゃがいも 油 ノンエッグマヨネーズ 食パン いちごジャム	干しいたけ 大根 チンゲン菜 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ ほうれん草	麦茶 水 塩 こいくちしょうゆ 万能つゆ
5木	蒸しじゃがばち 麦茶	ご飯 コンソメスープ 高野豆腐のトマト煮 小松菜のソテー グレープフルーツ 麦茶	パンケーキ 麦茶	豚ひき肉 高野豆腐	米 油 薄力粉 砂糖	南瓜 白菜 えきの莖 ハセリ 玉ねぎ 人参 ビーマン ダイストマト トマトケチャップ こいくちしょうゆ ペーキングパウダー	麦茶 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
6金	チーズ 麦茶	【寒露】さつま芋ご飯 まいたけのすまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き 納豆和え オレンジ 麦茶	プリン ウエハース 麦茶	チーズ 鶏肉 味噌 納豆 牛乳	米 さつま芋 砂糖 プリンの素 ウエハース	干しいたけ 人参 まいたけ チンゲン菜 昆布 長ねぎ 大根 ほうれん草 オレンジ	麦茶 水 塩 こいくちしょうゆ みりん 料理酒
7土	バナナ 麦茶	中華丼 中華スープ 春雨と野菜のサラダ ヨーグルト 麦茶	ボン菓子 麦茶	豚肉 木綿豆腐 ヨーグルト スキムミルク	米 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 油 ボン菓子	バナナ 白菜 玉ねぎ 人参 小松菜 干しいたけ わかめ きゅうり	麦茶 水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物粉 万能つゆ
10火	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き トマトドレッシング和え バナナ 麦茶	チーズ蒸しパン 麦茶	油揚げ 味噌 鶏肉 牛乳 スキムミルク チーズ	砂糖 米 マーマレード 薄力粉	大根 干しいたけ 南瓜 チンゲン菜 昆布 白菜 人参 小松菜 バナナ	こいくちしょうゆ 水 麦茶 料理酒 万能つゆ ペーキングパウダー
11水	人参煮 麦茶	にやうめん たらの煮付け キャベツの酢の物 バナナ 麦茶	いなりご飯 麦茶	鶏肉 たら 油揚げ	砂糖 そうめん 米 ごま	人参 干しいたけ 万能ねぎ キャベツ ほうれん草 バナナ	水 麦茶 塩 万能つゆ こいくちしょうゆ 料理酒 穀物粉 みりん
12木	ビスケット 麦茶	ご飯 コンソメスープ 肉じゃが ブロッコリーサラダ りんごゼリー 麦茶	蒸しパン 麦茶	豚肉 チーズ	マンナビスケット 米 じゃがいも 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	玉ねぎ 人参 わかめ ブロッコリー 大根 コーン りんごジュース アガー	麦茶 水 チキンスープの素 塩 万能つゆ みりん ペーキングパウダー
13金	ボン菓子 麦茶	ご飯 味噌汁 かれののりみん焼き 大根の和え物 いちごジャムヨーグルト 麦茶	スイートポテト 麦茶	厚揚げ 味噌 かいり ヨーグルト スキムミルク 牛乳	ボン菓子 米 じゃがいも 砂糖 いちごジャム さつま芋 無塩バター	干しいたけ ほうれん草 昆布 大根 きゅうり 人参	麦茶 水 こいくちしょうゆ みりん
14土	チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の肉豆腐 かぼちゃのおかか和え オレンジ 麦茶	赤ちやんせんべい 麦茶	チーズ 味噌 鶏肉 木綿豆腐 かつお節	米 小切替 赤ちやんせんべい	干しいたけ 切干大根 小松菜 昆布 玉ねぎ 人参 南瓜 グリンピース オレンジ	麦茶 水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ
16月	ボン菓子 麦茶	ご飯 味噌汁 和風ミートローフ 粉ふき芋 バナナ 麦茶	レーズンパンケーキ 麦茶	味噌 豚ひき肉 木綿豆腐 チーズ 牛乳	ボン菓子 米 パン粉 片栗粉 じゃがいも 薄力粉 砂糖 油	干しいたけ キャベツ えきの莖 わかめ 昆布 玉ねぎ ひじき 青のり バナナ レーズン	麦茶 水 塩 万能つゆ ペーキングパウダー
17火	蒸しじゃが芋 麦茶	二色丼 味噌汁 ビーフンの炒め物 チーズ 麦茶	蒸しパン 麦茶	鶏肉 味噌 チーズ	じゃがいも 米 砂糖 油 ごま ビーフン ごま油 薄力粉	ほうれん草 干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 キャベツ ハブリカ	塩 麦茶 水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 ペーキングパウダー
18水	赤ちやんせん べい 麦茶	野菜パン コンソメスープ たらのムニエル マカロニフレンチサラダ ヨーグルト 麦茶	わかめご飯 麦茶	たら ヨーグルト スキムミルク	赤ちやんせんべい 野菜パン 薄力粉 油 マカロニ 砂糖 米	南瓜 玉ねぎ 小松菜 チンゲン菜 人参 わかめご飯の素	麦茶 水 チキンスープの素 塩 穀物粉
19木	蒸しさつま芋 麦茶	ポーケケチャップライス 野菜サラダ オレンジ 麦茶	ミルクかん ウエハース 麦茶	豚肉 牛乳	さつま芋 米 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ ウエハース	玉ねぎ 人参 ダイストマト しめじ もやし 小松菜 コーン オレンジ 粉末茶	麦茶 水 トマトケチャップ チキンスープの素 塩
20金	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のりんごソース焼き 白菜と油揚げの煮浸し グレープフルーツ 麦茶	粉ふき芋 麦茶	木綿豆腐 味噌 鶏肉 油揚げ	砂糖 米 じゃがいも	人参 干しいたけ 長ねぎ ほうれん草 昆布 りんご 白菜 グレープフルーツ 青のり	水 麦茶 こいくちしょうゆ みりん 塩
21土	赤ちやんせん べい 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉の玉子炒め 大根サラダ オレンジ 麦茶	ジャム蒸しパン 麦茶	味噌 豚肉 厚揚げ チーズ	赤ちやんせんべい 米 じゃがいも ごま油 砂糖 油 薄力粉	干しいたけ もやし 万能ねぎ 昆布 白菜 人参 大根 小松菜 オレンジ りんごソース	麦茶 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物粉 ペーキングパウダー
23月	ボン菓子 麦茶	ご飯 味噌汁 ひじき入りつくね 野菜とさつま揚げの煮浸し チーズ 麦茶	パンケーキ 麦茶	味噌 鶏肉 さつま揚げ チーズ	ボン菓子 米 パン粉 砂糖 油 薄力粉	干しいたけ 切干大根 南瓜 昆布 玉ねぎ 人参 ひじき キャベツ チンゲン菜	麦茶 水 塩 万能つゆ ペーキングパウダー
24火	蒸しじゃが芋 麦茶	ご飯 味噌汁 焼きコロッケ 白菜の酢の物 バナナ 麦茶	赤ちやんせんべい オレンジ 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉	じゃがいも 米 コロッケ 油 片栗粉 砂糖 赤ちやんせんべい	干しいたけ 玉ねぎ わかめ 昆布 白菜 小松菜 人参 バナナ オレンジ	塩 麦茶 水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物粉 こいくちしょうゆ
25水	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のコンマヨネーズ焼き なめたけ和え オレンジ 麦茶	黄桃蒸しパン 麦茶	味噌 鶏肉 牛乳 スキムミルク	ウエハース 米 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油	干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 昆布 コーン ほうれん草 もやし 人参 なめ茸 オレンジ 黄桃缶	麦茶 水 塩 こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
26木	人参煮 麦茶	きのこご飯 すまし汁 たらの照り焼き ふるふき大根 りんご(加熱) 麦茶	パンケーキ 麦茶	油揚げ 味噌 鶏肉 たら 味噌	砂糖 米 ごま 薄力粉 油	人参 しめじ まいたけ エリンギ 焼きのり 干しいたけ ほうれん草 昆布 大根 グリンピース りんご	水 麦茶 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 万能つゆ ペーキングパウダー
27金	蒸しさつま芋 麦茶	ミートソースパグティ コンソメスープ フレンチサラダ ジャムヨーグルト 麦茶	おかかご飯 麦茶	豚ひき肉 チーズ ヨーグルト スキムミルク かつお節	さつま芋 スパゲティ 油 砂糖 じゃがいも 米	玉ねぎ 人参 しめじ チンゲン菜 キャベツ りんごソース	麦茶 水 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 穀物粉 こいくちしょうゆ
28土	オレンジ 麦茶	ご飯 味噌汁 筑前煮 小松菜の和風マヨ和え ヨーグルト 麦茶	ビスケット 麦茶	厚揚げ 味噌 鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	米 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ マンナビスケット	オレンジ 干しいたけ 白菜 玉ねぎ 昆布 大根 人参 小松菜 もやし	麦茶 水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ
30月	チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 かれののきのこソース はりはり漬け プチケーキ 麦茶	二色ゼリー ウエハース 麦茶	チーズ 高野豆腐 味噌 かいり スキムミルク	米 砂糖 片栗粉 無塩バター 薄力粉 ウエハース	干しいたけ キャベツ 昆布 玉ねぎ 人参 ほうれん草 エリンギ まいたけ 切干大根 きゅうり オレンジジュース アガー ぶどうジュース	麦茶 水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 穀物粉 ペーキングパウダー
31火	人参煮 麦茶	【ハロウィン】鶏肉とかぼちゃのピラフ コンソメスープ わかめサラダ りんご(加熱) 麦茶	フルーツパン 麦茶	鶏肉	砂糖 米 油 フルーツパン	人参 南瓜 玉ねぎ ハセリ 白菜 コーン ブロッコリー 大根 わかめ りんご	水 麦茶 チキンスープの素 塩 穀物粉

☆園の給食では栄養豊富でおいしい「金芽米」を使用しています。