



* 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。
* 1、2歳児は午前中に牛乳を飲みます。

| | お 昼 | 食 材 料 | お や つ | 食 材 料 | | お 昼 | 食 材 料 | お や つ | 食 材 料 |
|---------------------|--|---|-------------------------|--|-----------------------------|--|---|----------------------|---|
| 1 (火) | ごはん 豚肉のケチャップ焼き 野菜炒め 味噌汁 果物 | ・米 ・豚肉 ケチャップ しょうゆ 油 ・キャベツ 人参 もやし ピーマン 油 塩 こしょう ・じゃが芋 小松菜 煮干 味噌 | 牛乳 手作り かぼちゃパ ン | 牛乳 強力粉 三温糖 塩 イースト 南瓜 | 9 ・ 23 (水) | ひじきごはん 豚肉の味噌焼き もやしのナムル 清汁 果物 | ・米 しょうゆ 酒 人参 ひじき ・豚肉 人参 みりん 酒 しょうゆ 味噌 ほうれん草 ・もやし きゅうり 人参 にんにく 胡麻油 しょうゆ 酢 三温糖 ・昆布鰹節 長葱 わかめ 人参 塩 しょうゆ | 牛乳 ソフトドーナツ | 牛乳 小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー スキムミルク 油 |
| 2 ・ 16 (水) | ごはん 大豆と鶏肉の揚げ煮 漬け物 味噌汁 果物 | ・米 ・大豆 鶏肉 生姜 しょうゆ 片栗粉 油 さつまい 人参 ほうれん草 三温糖 ・白菜 人参 塩 ・煮干 大根 わかめ 味噌 | 牛乳 ポテとツナの グラタン | 牛乳 じゃが芋 牛乳 ツナ缶 ピザ用チーズ パセリ | 10 ・ 24 (木) | 五目あんかけうどん 里芋の和風サラダ カリフラワー 果物 | ・乾麺 鶏肉 人参 もやし 長葱 ほうれん草 昆布鰹節 塩 しょうゆ 胡麻油 ・里芋 ツナ缶 きゅうり 人参 塩 しょうゆ マヨネーズ ・カリフラワー | 牛乳 紅葉ごはん | 牛乳 米 人参 昆布 しょうゆ |
| 3 ・ 17 (木) | ちゃんぽんうどん れんこんの のり塩風味焼き トマト 果物 | ・乾麺 昆布鰹節 油 豚肉 人参 玉葱 白菜 もやし 長葱 塩 しょうゆ 片栗粉 ほうれん草 ・れんこん 片栗粉 油 塩 青のり ・トマト | 牛乳 揚げおにぎり | 牛乳 米 米粉 黒砂糖 しょうゆ 油 | 11 (金) ・ 30 (水) | わかめごはん 鶏唐揚げ ブロッコリーの おかか和え 人参甘煮 味噌汁 果物 | ・米 炊き込みわかめ ・鶏肉 生姜 しょうゆ みりん 片栗粉 油 ・ブロッコリー 鰹節 しょうゆ ・人参 三温糖 ・豆腐 さつまい 人参 長葱 煮干 味噌 | 牛乳 サラダドッグ | 牛乳 ■ロールパン ツナ缶 キャベツ きゅうり マヨネーズ 塩 |
| 4 ・ 18 (金) | 栗ごはん たらのかば焼き ひじきの酢和え 豆腐と青菜の味噌汁 果物 | ・米 酒 塩 栗 ・たら 生姜 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん ・ひじき 人参 いんげん 酢 三温糖 しょうゆ ・煮干 豆腐 長葱 小松菜 味噌 | 牛乳 焼き芋 | 牛乳 さつまい | 12 ・ 26 (土) | ほうれん草の和風 スパゲティ ツナサラダ 牛乳 果物 | ・スパゲティ 玉葱 人参 ほうれん草 鶏肉 塩 しょうゆ バター ・キャベツ きゅうり ツナ缶 塩 しょうゆ レモン ・牛乳 | 牛乳 クッキー | 牛乳 ■クッキー |
| 5 ・ 19 (土) | バターロール 豚肉の りんごソース焼き 千切りサラダ 牛乳 果物 | ■ロールパン ・豚肉 酒 生姜 片栗粉 油 りんご 玉葱 しょうゆ 三温糖 酢 ・キャベツ 人参 きゅうり 塩 マヨネ ーズ ・牛乳 | 牛乳 クッキー | 牛乳 クッキー | 15 ・ 29 (火) | 食パン 魚のムニエル かぼちゃサラダ ミネストローネ 果物 | ・食パン バター ・鮭 塩 こしょう 小麦粉 バター ・南瓜 人参 玉葱 塩 こしょう マヨ ネーズ ・キャベツ 人参 玉葱 じゃが芋 セロリ にんにく トマトジュース 出汁 塩 ケチャップ | 牛乳 さつまいもドリア | 牛乳 さつまい 玉葱 米 バター 小麦 粉 チーズ 塩 こ しょう |
| 7 ・ 21 (月) | ごはん マーボー豆腐 かぶのあちら漬け 味噌汁 果物 | ・米 ・豆腐 豚肉 油 人参 長葱 生姜 しょうゆ 味噌 三温糖 酒 昆布鰹節 塩 片栗粉 胡麻油 ・かぶ かぶの葉 酢 三温糖 塩 ・煮干 かぼちゃ ほうれん草 味噌 | 牛乳 スコーン | 牛乳 小麦粉 バター ベーキングパウダー 三温糖 牛乳 グラニュー糖 | 31 (木) ハロ ウィン 🍂 | けんちんうどん 煮豆 干草煮 果物 | ・乾麺 豚肉 人参 大根 里芋 豆 腐 長葱 油 酒 味噌 みりん 昆布鰹 節 ・金時豆 三温糖 塩 ・ほうれん草 人参 油揚げ 出汁 三温糖 しょうゆ | 牛乳 かぼちゃの プリン風 | 牛乳 南瓜 里芋 三温糖 牛乳 コーンスターチ 生クリーム |
| 8 ・ 22 (火) | ぶどうロール 白菜と豚肉の重ね煮 トマトソースがけ ブロッコリー 春雨スープ 果物 | ■ぶどうパン ・豚挽肉 キャベツ 玉葱 塩 こしょう トマト トマトジュース ケチャップ パセリ ・ブロッコリー ・昆布鰹節 人参 玉葱 塩 春雨 しょ うゆ チンゲン菜 | 牛乳 ツナスパゲティ | 牛乳 スパゲティ 油 にんにく 塩 長葱 しょうゆ ツナ缶 ほうれん草 | 25 (金) 誕生会 | 芋栗ご飯 野菜入り肉団子 お浸し そうめんスープ 果物 | ・米 栗 さつまい 塩 ・豚肉 人参 玉葱 塩 酒 片栗粉 油 出汁 しょうゆ みりん ・もやし 白菜 人参 出汁 しょうゆ ・麩 三つ葉 塩 しょうゆ 昆布鰹節 | 牛乳 春巻きの アップルパイ | 牛乳 りんご 三温糖 バター 春巻きの皮 油 粉糖 |

●卵乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます