

H29年 10月の献立

乳幼児

あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名	
2	月	紫芋チップ 牛乳	カレーライス キャベツとブロッコリーのサラダ ゆで玉子/フルーツ	白米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・カレールウ・ニンニク・鶏ガラ キャベツ・ブロッコリー・人参・コーン缶・ごま 卵/オレンジ	麩のラスク 牛乳	麩・生クリーム マーガリン	
3	火	オレンジ お茶	ごはん/鯖の塩焼き ほうれん草のごま和え/金時豆 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/鯖 ほうれん草・もやし・人参・ごま/金時豆 じゃが芋・玉葱・青葱/りんご	ジャムサンド 牛乳	食パン・イチゴジャム	
4	水	ミレービスケット 牛乳	牛肉ごはん きつねうどん 小松菜のツナ和え/フルーツ	米・牛肉・ごぼう うどん麩・うす揚げ・青葱 小松菜・人参・ツナ缶/オレンジ	昆布おにぎり 牛乳	米・昆布・ごま	
5	木	畑のクラッカー お茶	ごはん/鮭の包み焼き かぶらの酢の物/大豆煮 白菜のみそ汁/フルーツ	米/鮭・玉葱・人参・えのき・ピーマン かぶら・胡瓜/大豆・人参・昆布 白菜・うす揚げ/りんご	バナナ ビスコ 牛乳	バナナ ビスコ	
6	金	カル鉄スティック 牛乳	<ブルーベリーランチ> 菜ごはん/れんこんバーグ じゃが芋の青のり和え/添えトマト 豆腐のすまし汁/フルーツ	米・かぶらの葉/レンコン・豚ミンチ・人参・玉葱・パン粉 じゃが芋・青のり/トマト 豆腐・わかめ・竹輪・豆苗/オレンジ	人参蒸しパン 牛乳	人参・小麦粉・牛乳 ベーキングパウダー	
7	土	第34回 ふれあいうんどうかい (9:00~12:00) 乳児のみ軽食(パン・お茶)を提供します。					
9	月	休 園 (体育の日)					
10	火	ねじりん棒カレー味 お茶	ごはん/赤魚の野菜あんかけ じゃが芋の甘煮/添えブロッコリー 揚げと麩のみそ汁/フルーツ	米/赤魚・玉葱・人参・えのき・グリーンピース じゃが芋・人参/ブロッコリー うす揚げ・麩・青葱/りんご	ショコラロール 牛乳	ショコラロール (卵入り)	
11	水	バナナ 牛乳	ごはん/ホイコーロー さつま芋のレモン煮 春雨スープ/フルーツ	米/豚肉・キャベツ・人参・ピーマン・厚揚げ・椎茸 さつま芋・レモン 春雨・わかめ・人参・豆苗/オレンジ	五平餅 牛乳	もち米	
12	木	ダノンヨーグルト お茶	ごはん/秋刀魚の塩焼き 小松菜の和え物 けんちん汁/フルーツ	米/秋刀魚 小松菜・人参・うす揚げ 豆腐・大根・ごぼう・里芋・人参・青葱/バナナ	オレンジ ミレービスケット 牛乳	オレンジ ミレービスケット	
13	金	野菜スティック 牛乳	ごはん/筑前煮 胡瓜の酢の物 なすのみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・ごぼう・人参・板こんにゃく・れんこん・干し椎茸・キヌサヤ 胡瓜・キャベツ・わかめ なす・玉葱/りんご	焼きそば 牛乳	中華麺・竹輪・キャベツ もやし・人参・青葱 ソース・青のり	
14	土	ひじきスティック お茶	豚丼 白菜と揚げのみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・人参・青葱 白菜・うす揚げ・人参/りんご	胚芽スティック 牛乳	胚芽スティック	
16	月	カル鉄スティック 牛乳	親子丼 みりん干し/ほうれん草のお浸し フルーツ	白米・鶏肉・卵・玉葱・青葱 みりん干し/ほうれん草・人参・かつお節 りんご	さつま芋蒸しパン 牛乳	さつま芋・小麦粉・牛乳 ベーキングパウダー	
17	火	畑のクラッカー お茶	ごはん/わかさぎの磯辺揚げ 胡瓜のゆかり和え/ひじき煮 かぶらのコトコトスープ/フルーツ	米/わかさぎ・小麦粉・青のり 胡瓜・キャベツ・ゆかり/ひじき・人参・うす揚げ・グリーンピース かぶら・かぶらの葉・人参/オレンジ	ブルーベリーヨーグルト ビスコ お茶	ブルーベリージャム スキムミルク・ビスコ	
18	水	ココア蒸しパン 牛乳	ごはん/麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ さつま芋のソテー/フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ・干し椎茸・青葱・鶏ガラ・ニンニク・土生姜 ブロッコリー・人参・コーン缶 さつま芋/バナナ	ゆかりとじゃこのおにぎり 牛乳	米・ゆかり・ごま ちりめんじゃこ	
19	木	野菜せんべい お茶	<幼児遠足の日> ※3・4・5歳児はお弁当です ごはん/かぼちゃグラタン おかかピーマン わかめのみそ汁/フルーツ	米/南瓜・鶏肉・玉葱・しめじ・グリーンピース・バター・小麦粉・牛乳・パン粉・チーズ ピーマン・かつお節 わかめ・玉葱・人参/オレンジ	りんご ねじりん棒 牛乳	りんご ねじりん棒	
20	金	ミルクスティック 牛乳	<10月生まれ誕生会> 栗ごはん/チキンカツ ポテトサラダ/添えブロッコリーとトマト 豆腐と竹輪のすまし汁/フルーツ	米・栗・人参/鶏肉・小麦粉・パン粉・ケチャップ・ソース じゃが芋・胡瓜・人参・コーン缶・玉葱・マヨネーズ/ブロッコリー・トマト 豆腐・竹輪・三つ葉/梨・ぶどう	フルーツサンド 牛乳	食パン・生クリーム バナナ・みかん缶 黄桃缶	
21	土	野菜スティック お茶	そぼろ丼 根菜のみそ汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・土生姜・ほうれん草・コーン缶 大根・人参・ごぼう・青葱/りんご	畑のクラッカー 牛乳	畑のクラッカー	
23	月	ミレービスケット 牛乳	人参ごはん/ブリの照焼き さつま芋の天ぷら/ほうれん草のごま和え 豆腐となめこのみそ汁/フルーツ	米・人参/ブリ さつま芋・小麦粉/ほうれん草・もやし・ごま 豆腐・なめこ・青葱/りんご	ピザトースト 牛乳	食パン・玉葱 ピーマン・チーズ	
24	火	ねじりん棒 お茶	ごはん/高野豆腐の卵とじ 小松菜のおかか和え/ごまめ さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/高野豆腐・グリーンピース・卵 小松菜・人参・かつお節/ごまめ さつま芋・玉葱/オレンジ	りんご 胚芽スティック 牛乳	りんご 胚芽スティック	
25	水	バナナ 牛乳	ごはん/鶏じゃが ブロッコリーのごま和え 大根のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・グリーンピース ブロッコリー・キャベツ・人参・ごま 大根・うす揚げ/りんご	チーズのボンデケージョ 牛乳	チーズ・白玉粉 小麦粉・牛乳 ベーキングパウダー	
26	木	畑のクラッカー お茶	ごはん/鯖の西京焼き 五目きんぴら/さつま芋のレモン煮 素麺のすまし汁/フルーツ	米/鯖 ごぼう・人参・板こんにゃく・竹輪・ピーマン/さつま芋・レモン 素麺・うす揚げ・玉葱・青葱/バナナ	中華おこわ 牛乳	米・もち米・豚肉 人参・干し椎茸	
27	金	ジャムサンド 牛乳	キーマカレー 野菜サラダ 粉ふき芋/フルーツ	白米・合挽きミンチ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・カレー粉・ケチャップ・ソース キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶 じゃが芋/オレンジ	焼き芋 牛乳	さつま芋	
28	土	第34回 あゆみまつり (10:00~14:00)					
30	月	カル鉄スティック 牛乳	ビビンバ/豚肉の甘辛炒め さつま芋のソテー 大根とわかめのみそ汁/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま/豚肉・玉葱 さつま芋 大根・わかめ・豆苗/りんご	あんこおはぎ するめ 牛乳	もち米・小豆 するめ	
31	火	ねじりん棒カレー味 お茶	ごはん/カジキマグロのフライ ビーフンサラダ/南瓜の煮物 玉葱と揚げのみそ汁/フルーツ	米/カジキマグロ・小麦粉・パン粉・ソース ビーフン・小松菜・人参・ツナ缶・マヨネーズ/南瓜 玉葱・うす揚げ/りんご	カスタードロール 牛乳	カスタードロール (卵入り)	

※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、五分づき米を使用しています。
 ※ 調味料は記載以外に、出汁(昆布・青魚・鮭)・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・こしょう・植物油・酢・片栗粉・味噌を使用しています。
 ※ アレルギーは除去食で対応しています。
 ※ 乳児…朝のおやつは月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 幼児…昼食時は月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 延長保育には、パン・フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで用意しています。