

献立表

2022年10月

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事 持ち物等	短時部 給食提供 有無
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
01 土	パン 牛乳 ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
03 月	●ちくわの磯辺揚げ ㊦卵 (卵不使用ちくわの磯辺揚げ) ブロッコリーサラダ みそ汁	油、米、砂糖、てんぷら粉	油揚げ、味噌、 ●ちくわ	ブロッコリー、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン缶、えのきたけ、あおのり	酢、食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、こしょう、しょうゆ	●牛乳 ●せんべい等 ㊦対応おやつ	お茶 ★肉まん		有
04 火	肉じゃが みそ汁 納豆 バナナ	油、米、砂糖、じゃがいも	油揚げ、味噌、納豆、牛肉	バナナ、にんじん、たまねぎ、こまつな、グリーンピース	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	お茶 ●十勝ヨーグルト ㊦乳(対応おやつ)	●牛乳 サッポロポテト バーベキュー味		有
05 水	さわらの西京焼き ほうれん草のごま和え ☆そうめん汁 ㊦卵	米、砂糖、そうめん	味噌、すりごま、さわら、 ☆かまぼこ	干しいたけ、ほうれん草、はくさい、にんじん、たまねぎ、ねぎ	食塩、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	●牛乳 紫いもチップ	●牛乳 ●★メロンパン ㊦乳(対応おやつ)		無
06 木	●マカロニグラタン ㊦乳(ケチャップ炒め) 野菜のマリネ コンソメスープ	油、米、砂糖、マカロニ、パン粉	鶏もも肉、ベーコン、 ●チーズ	マッシュルーム、パセリ、にんじん、たまねぎ、だいこん、コーン缶、きゅうり	酢、食塩、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう ●ホワイトソース	●牛乳 きな粉ウエハース	●ヤクルト ㊦乳(お茶) ●クッキー等 ㊦(対応おやつ)		有
07 金	芋ご飯 ☆五目炒め煮 ㊦卵 キャベツの塩こぶ和え もやしのみそ汁	油、片栗粉、米、板こんにゃく、砂糖、さつまいも	油揚げ、味噌、鶏もも肉、すりごま、 ☆うずら卵	塩こんぶ、もやし、ねぎ、にんじん、たけのこ、しめじ、キャベツ、いんげん	酢、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 ふわふわチップ	お茶 国産ももゼリー	スプーン	有
08 土	運動会(雨天時:弁当・水筒持参)㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 小魚スナック等 ㊦持参おやつ	水筒 クレープ等 ㊦持参おやつ		無
11 火	チリコンカン ツナサラダ ふりかけ(本かつお) フルーツミックス缶	米、砂糖、油、大豆	合いびきミンチ、ベーコン、ツナ缶	にんじん、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、キャベツ、フルーツミックス缶	食塩、こしょう、トマトソース、ケチャップ、酢、しょうゆ、コンソメ	●牛乳 ミレービスケット	お茶 ★おにぎり(炊き込み)		8・9・10が 運動会のときは 振替休日 無
12 水	●ツナ入り卵焼き ㊦卵(鶏の塩焼き) 切り干し大根煮 さつまいものみそ汁	米、砂糖、さつまいも	●卵、油揚げ、味噌、 ツナ油漬缶、ちくわ	切り干しだいこん、干しいたけ、ねぎ、にんじん、たまねぎ	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	●牛乳 ごま入り味付けいりこ	●牛乳 ●キャラメルコーン ㊦乳(対応おやつ)		有
13 木	●北欧ミルクパン ㊦乳(対応パン) 焼きそば 鶏肉のから揚げ ☆添え野菜+マヨネーズ ㊦卵 レタススープ ●ミニデザート(ピーチ) ㊦対応ゼリー	油、片栗粉、 ●食パン、焼きそばめん、 ☆マヨネーズ	鶏もも肉、ベーコン、ウインナー	レタス、ブロッコリー、にんにく、にんじん、たまねぎ、しょうが、キャベツ、あおのり	食塩、焼きそばソース、酒、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう	●牛乳 ひじきあられ	●ヤクルト ㊦乳(お茶) ぱりんこ		有
14 金	菜っ葉ご飯 野菜炒め 肉団子と白菜のスープ りんご	油、片栗粉、米、はるさめ	豚ひき肉、牛肉	りんご、ピーマン、はくさい、にんじん、たまねぎ、しょうが、しいたけ、キャベツ	中華粒、食塩、酒、昆布だし汁、しょうゆ、こしょう、オイスターソース	●牛乳 小魚スナック	お茶 ●★ソフトゼリー フルーツ和え ㊦乳(対応おやつ)	スプーン	有
15 土	パン 牛乳 ㊦弁当・水筒・おやつ持参 ※全園児水筒持参					水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
17 月	大根と鶏肉の炒り煮 ほうれん草のツナ和え なめこのみそ汁	油、米、砂糖	油揚げ、味噌、鶏もも肉、ツナ油漬缶	もやし、ほうれん草、ねぎ、なめこ、たまねぎ、だいこん、しょうが、にんじん	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 玄米ぼんぼー	●牛乳 ●★さつまいもの グリッシーニ ㊦乳(対応おやつ)		有
18 火	豆腐とひじきのハンバーグ 和風サラダ みそ汁	油、米、砂糖、パン粉	油揚げ、木綿豆腐、味噌、豚ひき肉	もやし、ひじき、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、カットわかめ	酢、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ、ケチャップ	●牛乳 ソフトせんべい	●ヤクルト ㊦乳(お茶) ●北海道ミルクパン ㊦卵・乳(対応おやつ)	1歳児 遠足 5歳児 河西小就学前健診	有
19 水	鶏の梅じょうゆ焼き にんじんしりしり もずくスープ パイナップル	油、米、小麦粉	鶏もも肉、ツナ油漬缶、ごま	梅肉、もずく、みつば、パイナップル、にんじん、たまねぎ	中華粒、食塩、昆布だし汁、めんつゆ、しょうゆ、こしょう	●牛乳 セサミラスク	お茶 ★お好み焼き	フォーク	無
20 木	鮭の照り焼き いんげんのおかか和え みそ汁	米、砂糖	さけ、絹ごし豆腐、味噌、かつお節	しょうが、いんげん、にんじん、たまねぎ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酒、煮干し・かつおだし	●牛乳 野菜スティック	●牛乳 ●ムーンライト ㊦卵・乳(対応おやつ)	2歳児 遠足	有
21 金	●えび団子 ㊦卵・甲殻類(から揚げ) 甘酢キャベツ スープ 味付けのり	油、片栗粉、米、砂糖	●卵、ベーコン、しぼり豆腐、ごま、 ●えび	ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、キャベツ	酢、食塩、酒、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう	●牛乳 おこめせん	●牛乳 ジャガビー	3歳児 遠足	3歳児 弁当 4・5歳児 有
22 土	全園児弁当・水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 かっぱえびせん等 ㊦持参おやつ		無
24 月	鯖のトマト煮 粉ふき芋 オニオンスープ 柿	油、米、小麦粉、じゃがいも、砂糖	ベーコン、さば	パセリ、にんじん、たまねぎ、あおのり、にんにく、かき	食塩、昆布だし汁、トマトソース、しょうゆ、コンソメ、こしょう、ケチャップ	●牛乳 クリームラスク	●ジョア(いちご) ㊦乳(お茶) 三幸の海老せん		有
25 火	鶏肉のオレンジ焼き 白菜とりんごのサラダ みそ汁	油、米、砂糖、おつゆ 麩	味噌、鶏もも肉	りんご、マーマレード、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり	酢、食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ、こしょう	●牛乳 ごぼうスナック	●牛乳 ★マカロニあべかわ	フォーク	有
26 水	●かぼちゃオムレツ ㊦卵(かぼちゃのそぼろ煮) ☆れんこんサラダ ㊦卵 スープ	油、米、砂糖、 ☆マヨネーズ	●卵、合挽きミンチ、 ベーコン、ツナ油漬缶、すりごま	れんこん、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、きゅうり、かぼちゃ	酢、食塩、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう、ケチャップ	●牛乳 さくふわせんべい	●牛乳 国産お米deもタルト	4・5歳児 遠足	3歳児 有 4・5歳児 弁当持参
27 木	豆腐と豚肉のうま煮 ☆磯和え ㊦卵 みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖	油揚げ、味噌、豚肉、 ☆かまぼこ、木綿豆腐	もみり、ほうれん草、ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが、えのきたけ	酒、みりん、しょうゆ、煮干し・かつおだし	●牛乳 うの花クッキー	●牛乳 ●★マヨコーントースト ㊦卵・乳(対応おやつ)		有
28 金	●ビーフカレー ㊦乳(煮物) フレンチサラダ ●コア ㊦乳(ゼリー)	油、米、砂糖、じゃがいも	牛肉	にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、しょうゆ、こしょう、 ●カレールウ	●牛乳 こつぶじゃがあられ	りんごジュース ●白バラ牛乳ロール ㊦卵・乳(対応おやつ)	誕生会 フォーク	有
29 土	パン 牛乳 ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ボーロ等 ㊦持参おやつ	水筒 雪の宿等 ㊦持参おやつ		無
31 月	☆鮭のかりんとうがらめ ㊦ナッツ類 ☆ハムサラダ ㊦卵・乳 ☆かきたま汁 ㊦卵	油、片栗粉、米、水あめ、砂糖	☆卵、☆ハム、 ☆アーモンド、さけ、 ☆かまぼこ	ほうれん草、しょうが、きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ	酢、食塩、酒、みりん、しょうゆ、こしょう、かつお・昆布だし汁	●牛乳 ねじりん棒	●牛乳 ●たべっ子どうぶつ ㊦乳(対応おやつ)		有