

献立表

2023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				
02月	じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草の納豆和え みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖、じゃがいも	油揚げ、味噌、挽きわり納豆、合挽きミンチ、かつお節	もやし、ほうれん草、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、グリーンピース	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	牛乳 ●せんべい等 ㊦全アレルギー (対応おやつ)	牛乳 雪の宿		有
03火	野菜炒め スープ ●ふりかけ(のりたま) ㊦卵・ごま(ゆかりご飯) パイナップル	油、米、はるさめ	牛肉	ピーマン、パイナップル、にんじん、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、チンゲン菜	中華粒、食塩、酒、昆布だし汁、こしょう、オイスターソース	牛乳 うの花クッキー	ヤクルト ぼたぼた焼き		有
04水	☆さわらの味噌チーズ焼き ㊦卵 春菊のおかか和え すまし汁	米、小麦粉、砂糖、☆マヨネーズ	味噌、粉チーズ、絹ごし豆腐、さわら、かつお節	みつば、はくさい、にんじん、たまねぎ、しゅんぎく	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	牛乳 ふわふわチップ (にんじん味)	牛乳 お米deスイートポテト		無
05木	●親子焼き ㊦卵(つくね) ☆炒りごぼう ㊦ごま 白菜のみそ汁	油、米、砂糖	●卵、油揚げ、味噌、鶏ひき肉、☆ごま	みつば、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ごぼう	食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 ●★じゃこトースト ㊦卵(対応おやつ)		有
06金	食パン 焼きそば 鶏肉のレモン風味 ☆添え野菜+マヨネーズ ㊦卵 オニオンスープ ミニデザート(すりおろしりんご)	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	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、しょうが、キャベツ、あおのり、レモン果汁	食塩、焼きそばソース、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう、おろしにんにく、かんたん酢	牛乳 ごま入り味付けいりこ	お茶 ★大豆のおやき		有
07土	運動会(雨天時:弁当・水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参)					水筒 ボロ等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
10火	魚のチリソース ☆中華風サラダ ㊦卵・ごま ワンタンスープ	油、片栗粉、米、砂糖、ワンタンの皮、☆ごま油	☆ハム、☆すりごま、かえい	白ねぎ、もやし、ねぎ、にんにく、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、しょうが、きゅうり、キャベツ	中華粒、酢、食塩、酒、昆布だし汁、しょうゆ、こしょう、ケチャップ	牛乳 さくふわせんべい	ヤクルト こつぶポテト (じゃがバター)		7・8・9日が 運動会の際は 振替休日 無
11水	牛肉の香味炒め ☆白菜の塩こぼ和え ㊦ごま みそ汁	油、米、砂糖、さつまいも	油揚げ、味噌、牛肉、☆すりごま	塩こんぶ、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、しいたけ、きゅうり	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳 野菜スティック	牛乳 キャラメルコーン		有
12木	☆ハンバーグ ㊦卵 ☆れんこんサラダ ㊦卵・ごま コンソメスープ	米、砂糖、☆マヨネーズ、パン粉	☆卵、合挽きミンチ、牛乳、ベーコン、ツナ油漬缶、☆すりごま	れんこん、パセリ、にんじん、たまねぎ、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、ケチャップ	牛乳 はとむぎおこし	牛乳 ●★ホットケーキ ㊦卵(対応おやつ)	フォーク	有
13金	鶏の梅じょうゆ焼き ツナサラダ レタススープ	油、米、小麦粉、砂糖	鶏もも肉、ベーコン、ツナ油漬缶	梅肉、レタス、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、昆布だし汁、めんつゆ、しょうゆ、コンソメ、こしょう	牛乳 ひじきあられ	牛乳 ★レモンクッキー		有
14土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 赤ちゃんせんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
16月	☆マーボー豆腐 ㊦ごま ☆春雨サラダ ㊦卵・ごま バナナ	油、片栗粉、米、砂糖、はるさめ、☆ごま油	豚ひき肉、木綿豆腐、☆ハム、☆すりごま、味噌	バナナ、ねぎ、にんにく、にんじん、しょうが、キャベツ	中華粒、酢、食塩、しょうゆ	牛乳 きな粉ウエハース	お茶 ★おにぎり(菜めし)		有
17火	ゆかりご飯 ☆鶏肉と里芋の甘辛煮 ㊦ごま ☆きゅうりの酢の物 ㊦ごま みそ汁	米、砂糖、さといも	油揚げ、味噌、鶏こま、☆すりごま ☆いりごま	ねぎ、にんじん、だいこん、えのきたけ、きゅうり、ワカメ	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ、酢	牛乳 おとうふ屋さんのかりんとう	牛乳 ●塩バナナ ㊦卵(対応おやつ)		有
18水	●オムレツ ㊦卵(煮物) ●シーザーサラダ ㊦卵(青じそ味) わかめスープ	油、米、じゃがいも	卵、合挽きミンチ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、カットわかめ、えのきたけ	中華粒、食塩、昆布だし汁、こしょう、ケチャップ ●シーザードレッシング	牛乳 玄米ぼんぼー	牛乳 ●せんべい等 ㊦全アレルギー (対応おやつ)		無
19木	赤こんにゃくの筑前煮 ☆小松菜ともやしの和え物 ㊦ごま なめこのみそ汁	油、米、赤こんにゃく、砂糖	油揚げ、味噌、鶏もも肉、☆すりごま	干しいたけ、れんこん、もやし、ねぎ、にんじん、なめこ、たまねぎ、こまつな、いんげん	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ、食塩、こしょう	牛乳 ソフトせんべい	お茶 ★かるかん		有
20金	☆ホキのチーズフライ ㊦卵 ☆かぼちゃサラダ ㊦卵 チンゲン菜スープ	油、米、小麦粉、パン粉、☆マヨネーズ	☆卵、粉チーズ、ホキ、☆ハム	にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、レーズン	中濃ソース、食塩、昆布だし汁、コンソメ、こしょう	牛乳 ミルクスティック	ヤクルト 瀬戸しお(えび)	3歳児・5歳児遠足	3・5歳児 弁当 4歳児 有
21土	全園児弁当・水筒持参保育 ㊦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
23月	●ちくわの磯辺揚げ ㊦卵(卵不使用ちくわの磯辺揚げ) キャベツの和えもの みそ汁	油、米、てんぷら粉	味噌、ベーコン、●ちくわ、油あげ	青じそドレッシング、ワカメ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、あおのり	食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁	お茶 十勝ヨーグルト	牛乳 シスコーンBIG	スプーン	有
24火	クリームシチュー ブロッコリーサラダ ●ふりかけ(本カツオ) ㊦ごま(味付けのり) 柿	油、米、砂糖、じゃがいも	鶏こま、牛乳	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリーンピース、かき	酢、食塩、しょうゆ、こしょう、シチュールウ	牛乳 根昆布あられ	ヤクルト 充実じゃこ気分	1歳児・2歳児遠足	有
25水	鮭の西京焼き ひじき炒り煮 のっぺい汁	油、片栗粉、米、砂糖、さといも	油揚げ、味噌、ちくわ、さけ	ひじき、ねぎ、にんじん、だいこん、しょうが、干しいたけ	酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	牛乳 セサミラスク	牛乳 ●★レモンヨーグルト ドーナツ ㊦卵(対応おやつ)		無
26木	ポークビーンズ ☆ハムサラダ ㊦卵 ●味付けのり ㊦甲殻類(菜っ葉ご飯) フルーツミックス缶	油、米、砂糖、じゃがいも	豚こま、赤いんげん、☆ハム、だいたず水煮缶詰	●味付けのり、ピーマン、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、フルーツミックス缶	酢、食塩、しょうゆ、コンソメ、こしょう、ケチャップ	牛乳 さかなの学校	お茶 ★肉まん		有
27金	わかめご飯 鶏の照焼き ☆磯和え ㊦卵 麩のみそ汁	米、砂糖、おつゆ、麩	味噌、鶏もも肉、☆かまぼこ	もみのり、ほうれん草、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、えのきたけ	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳 キヌアかりんとう	牛乳 じゃがビー (バターしょうゆ)	4歳児・5歳児遠足	3歳児 有 4・5歳児 弁当
28土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 赤ちゃんせんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
30月	鯖のみそ煮 ☆キャベツのごま和え ㊦ごま きのこのすまし汁	米、砂糖	味噌、☆すりごま、さば	ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、しいたけ、キャベツ、えのきたけ	食塩、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	牛乳 ウエハース	牛乳 ★マカロニあべかわ	フォーク	有
31火	ビーフカレー ☆マカロニサラダ ㊦卵 国産りんごゼリー	油、米、☆マヨネーズ、マカロニ、じゃがいも	牛肉、ツナ油漬缶	にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり	食塩、こしょう、カレーウ	牛乳 おとうふ屋さんの おせんべい	牛乳 ●厚切りロール ㊦卵(対応おやつ)	誕生会 フォーク	有