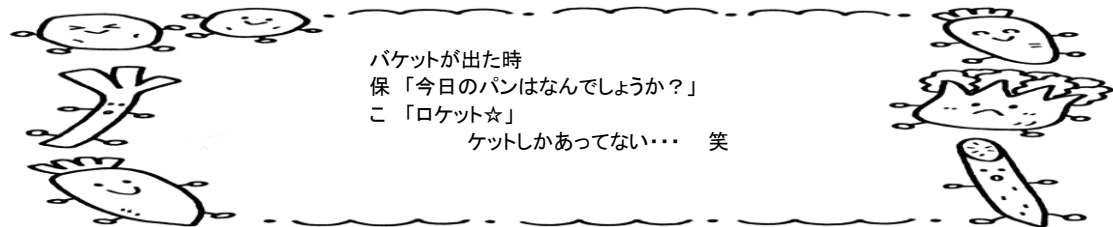


平成30年度10月給食献立表

日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	材料	おやつ	材料	
1月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	17水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	白身魚の和風あんかけ	たら・玉葱・人参・ピーマン・醤油・三温糖・だし・片栗粉	スコーン	小麦粉・卵・バター ベーキングパウダー		たらのみそ焼き	たら・みそ・三温糖・醤油	スコーン	小麦粉・卵・バター ベーキングパウダー	
	白菜の酢の物	白菜・わかめ・きゅうり・ちくわ・酢・醤油・三温糖・塩				野菜の炒め物	ウインナー・南瓜・ピーマン・玉葱・ニンニク・塩・コショウ			
	みそ汁	さつま芋・えのき・三つ葉・油揚げ・鰹節・昆布・みそ				すまし汁	豆腐・小松菜・人参・葱・鰹節・昆布・醤油・塩			
2火	フルーツ	グレープフルーツ			フルーツ	柿				
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	18木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	肉じゃが	牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・インゲン だし・三温糖・醤油	きな粉団子	白玉粉・豆腐 きな粉・三温糖 塩		厚焼き卵	卵・鶏挽き肉・人参・椎茸・だし・三温糖・醤油	フルーツヨーグルト	ヨーグルト・三温糖 りんご・もも缶	
	青菜としらすの和え物	小松菜・しらす・えのき・わかめ・醤油・三温糖・だし				牛肉と大根の煮物	牛肉・大根・さやえんどう・生姜・だし・三温糖・醤油			
みそ汁	切干大根・もやし・葱・鰹節・昆布・みそ			ひじき納豆		ひじき・納豆・葱・ごま油・醤油				
3水	フルーツ	りんご			みそ汁	玉葱・厚揚げ・三つ葉・鰹節・昆布・みそ				
	きのこご飯	米・強化米・しめじ・椎茸・えのき・油揚げ・三つ葉・昆布・醤油・酒	牛乳	普通牛乳	19金	ロールパン	ロールパン	お茶	ほうじ茶	
	鯖のカレー煮	鯖・醤油・だし・カレー粉・三温糖	鉄カルウエハース			マーマレードチキン	鶏肉・マーマレード・醤油・三温糖・片栗粉	芋もち	もち米・さつま芋 きな粉・三温糖・塩	
	ほうれん草のサラダ	ほうれん草・玉葱・ひじき・ベーコン・マヨネーズ・塩・コショウ				水菜のサラダ	水菜・ハム・きゅうり・パプリカ・酢・油・塩			
さつま芋の甘煮	さつま芋・三温糖・塩			ごぼうのポターージュ		ごぼう・じゃが芋・玉葱・パセリ・スキムミルク・牛乳・バター 米粉・コンソメ・塩・コショウ				
4木	みそ汁	なす・わかめ・豆腐・鰹節・昆布・みそ			フルーツ	りんご				
	食パン(イチゴジャム)	食パン・イチゴジャム	お茶	ほうじ茶	カレーライス	米・強化米・牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・ニンニク ルウ・塩・コショウ	牛乳	普通牛乳		
	鶏肉のタルタルソース	鶏肉・ブロッコリー・卵・ピクルス・マヨネーズ・塩・コショウ	おにぎり	米・強化米・しらす わかめ・ごま・塩	しらすと大根のサラダ	しらす・大根・きゅうり・酢・油・塩・コショウ	畑のスナック			
	フレンチサラダ	キャベツ・きゅうり・人参・セロリ・コーン・干しぶどう・酢・油・塩			フルーツ	バナナ				
5金	ミルクスープ	ベーコン・レタス・玉葱・しめじ・パセリ・スキムミルク・牛乳・コンソメ・塩・コショウ			フルーツ	バナナ				
	フルーツ	巨峰	牛乳	普通牛乳	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	カレーの煮つけ	カレー・生姜・醤油・砂糖	コーンマヨトースト	食パン・ベーコン・玉葱 コーン・マヨネーズ		
	さんまのフライ	さんま・小麦粉・卵・パン粉・ソース・塩・コショウ	焼き芋	さつま芋	高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・人参・椎茸・卵・だし・醤油・三温糖				
6土	春雨サラダ	春雨・きゅうり・パプリカ・貝割れ大根・卵・酢・ごま油・三温糖・醤油			チンゲン菜の酢の物	チンゲン菜・トマト・しらす・油揚げ・ごま・酢・醤油・三温糖				
	みそ汁	かぶ・こんにゃく・葱・鰹節・昆布・みそ			すまし汁	麩・えのき・三つ葉・鰹節・昆布・醤油・塩				
	デザート	ゼリー			鶏肉のから揚げ	米・強化米 鶏肉・生姜・ニンニク・醤油・みりん・片栗粉	牛乳	普通牛乳		
	運 動 会					さつま芋と胡瓜のサラダ	さつま芋・きゅうり・赤玉葱・干しぶどう・マヨネーズ・塩	ボンデケーキ	小麦粉・白玉粉・牛乳 三温糖・チーズ ベーキングパウダー	
9火	ウインナーと野菜のソテー	ウインナー・キャベツ・玉葱・じゃが芋・赤ピーマン・ニンニク・塩・コショウ	牛乳	普通牛乳	23火	小松菜の炒め物	小松菜・人参・ひじき・しめじ・生姜・塩・醤油・ごま油			
	ひじきの梅和え	ひじき・しらす・きゅうり・葱・梅干・酢・醤油・三温糖	ごまスティック	強力粉・ドライイースト 三温糖・バター 黒ごま		みそ汁	豆腐・なめこ・豆腐・鰹節・昆布・みそ			
	高野豆腐の煮物	高野豆腐・椎茸・グリーンピース・だし・醤油・三温糖				ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	みそ汁	玉葱・切干大根・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩				豚肉	豚肉・玉葱・椎茸・ピーマン・筍・酢・醤油・三温糖・ケチャップ だし・片栗粉	さつま芋ドーナツ	さつま芋・三温糖 片栗粉・油 ベーキングパウダー	
10水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	24水	ツナサラダ	キャベツ・ツナ・人参・貝割れ大根・マヨネーズ・塩・コショウ	牛乳	普通牛乳	
	鯖の竜田揚げ	鯖・生姜・醤油・みりん・片栗粉	オレンジゼリー	オレンジソース 三温糖・寒天 もも缶		みそ汁	南瓜・切干大根・わかめ・厚揚げ・鰹節・昆布・みそ			
	カリフラワーのサラダ	カリフラワー・人参・ハム・干しぶどう・マヨネーズ・塩・コショウ				フルーツ	オレンジ			
	昆布の五目煮	昆布・こんにゃく・大根・大豆・だし・醤油・三温糖				お 弁 当 日				
11木	すまし汁	白菜・えのき・わかめ・昆布・鰹節・醤油・塩	牛乳	普通牛乳	25木	お 弁 当 日				
	ご飯	米・強化米	巨峰	巨峰						
	ホイコーロー	豚肉・キャベツ・ブロッコリー・ピーマン・みそ・醤油・三温糖・豆板醤								
	ビーフンの和え物	ビーフン・人参・卵・椎茸・酢・塩・ごま油								
12金	南瓜の天ぷら	南瓜・小麦粉・ベーキングパウダー・塩			26金	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	すまし汁	大根・しめじ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				ぶり大根	ぶり・大根・生姜・醤油・三温糖	ねじりん棒	普通牛乳	
	☆お誕生日会メニュー☆						春雨の酢の物	春雨・きゅうり・人参・ほうれん草・ごま・酢・醤油・三温糖	南瓜いろいろ	上新粉・片栗粉 三温糖・南瓜
	牛肉寿司	米・強化米・牛肉・ごぼう・絹さや・ごま・昆布・酢・塩・三温糖	牛乳	普通牛乳		みそ汁	さつま芋・玉葱・えのき・葱・鰹節・昆布・みそ			
13土	豆腐サラダ	豆腐・ブロッコリー・人参・もやし・わかめ・ごま・酢・油・塩・醤油	さつま芋のケーキ	小麦粉・さつま芋・三温糖 ベーキングパウダー・バター 卵・生クリーム・ハイン缶	27土	フルーツ	柿			
	そうめん汁	そうめん・大根・えのき・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				五目うどん	うどん・豚肉・人参・白菜・わかめ・かまぼこ・葱・椎茸 鰹節・昆布・醤油・みりん	牛乳	普通牛乳	
	フルーツ	梨				ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー・パプリカ・レタス・コーン・酢・塩・油	あずきクラッカー		
	チャーハン	米・強化米・ウインナー・玉葱・ピーマン・卵・塩・コショウ・醤油	牛乳	普通牛乳		フルーツ	バナナ			
15月	人参のサラダ	人参・きゅうり・コーン・ツナ・醤油・酢・三温糖・油	ひじきあられ		29月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	かぼちゃのスープ	かぼちゃ・パセリ・コンソメ・醤油・塩				豚肉とさつま芋の煮物	豚肉・さつま芋・人参・糸こんにゃく・ピーマン・醤油・三温糖・だし	ウインナーロール	ウインナー・ハイン	
	フルーツ	バナナ				ピーマンとツナの和え物	ピーマン・ツナ・人参・コーン・酢・塩・油			
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		南瓜の煮物	南瓜・醤油・三温糖			
16火	カレーの洋風焼き	カレー・パプリカ・コーン・ケチャップ・マヨネーズ・塩・コショウ	パンプリン	食パン・卵・牛乳 三温糖・バニラエッセンス	30火	みそ汁	わかめ・切干大根・油揚げ・鰹節・昆布・みそ			
	◆昆布イリチー	豚肉・刻み昆布・人参・油揚げ・だし・ごま油・醤油・三温糖				さつま芋ごはん	米・強化米・さつま芋・昆布・塩・酒・ごま	牛乳	普通牛乳	
	酢の物	キャベツ・きゅうり・わかめ・ごま・酢・醤油・三温糖				鯖の幽庵焼き	鯖・ゆず・醤油・三温糖	ちんすこう	小麦粉・三温糖 うた	
	みそ汁	里芋・なめこ・葱・鰹節・昆布・みそ				大根の煮物	大根・人参・蓮根・油揚げ・ひじき・葱・だし・醤油・三温糖			
17水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	31水	◆そうめんチャンプルー	そうめん・豚肉・人参・もやし・ニラ・ごま油・醤油・塩・コショウ			
	豚肉の生姜焼き	豚肉・玉葱・生姜・醤油・みりん	南瓜クッキー	小麦粉・バター 三温糖・南瓜		みそ汁	なす・じゃが芋・わかめ・鰹節・昆布・みそ	お茶	ほうじ茶	
	きんぴらごぼう	ごぼう・こんにゃく・インゲン・ごま・ごま油・醤油・三温糖				ご飯	米・強化米	お茶	ほうじ茶	
	春菊のサラダ	春菊・じゃが芋・トマト・しらす・酢・油・塩				鶏肉の照り焼き	鶏肉・ブロッコリー・醤油・みりん	南瓜パン		
18木	かき玉汁	卵・わかめ・しめじ・えのき・鰹節・昆布・醤油・塩			キャベツ・きゅうり・コーン・ハム・干しぶどう・酢・油・塩					
	フルーツ	りんご			パンプキンスープ	南瓜・玉葱・パセリ・スキムミルク・牛乳・バター・米粉・コンソメ・塩・コショウ				
	フルーツ	りんご			フルーツ	りんご				
	フルーツ	りんご								



☆乳児 朝のおやつ・・・菓子類・果物(週1回)、干しぶどう(1、2歳のみ週3回)
 ☆夕方延長のおやつ・・・おにぎり・菓子類(週1回程度)
 ☆菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています
 ☆ウインナーは、卵・乳製品・小麦不使用です
 ☆強化米は、鉄分とビタミンB1を強化するお米です
 ☆◆マークは沖縄県の郷土料理を取り入れています