

10月 献立表

日付		曜日	献立名	材料	おやつ
1	15 29	水	ごはん かれのいの照り焼き 和風ポテトサラダ 大根と人参のみそ汁	米 かれのい、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 じゃがいも、たまねぎ、ツナ油漬缶、めんつゆ、酢、食塩、マヨドレ だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 チーズサンド 食パン、スライスチーズ
2	16 30	木	マーボー豆腐丼 ナムル たまごスープ	米、木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、 米みそ、砂糖、酒、水、片栗粉 ほうれんそう、もやし、ハム、ごま油、中華だしの素、砂糖、しょうゆ 卵、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	牛乳 牛乳 せんべい しょうゆせんべい りんご
3	17	金	ロールパン クリームシチュー フロッコリーのマヨ和え	ロールパン 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、水、 小麦粉、バター、牛乳、洋風だしの素、食塩 フロッコリー、食塩、マヨドレ	牛乳 牛乳 昆布おにぎり 米、塩こんぶ
4	18	土	鶏肉の照り焼き丼 かぼちゃの煮物 わかめのみそ汁	米、鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、焼きのり かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 オレンジゼリー アガー、水、みかん缶、砂糖、オレンジ濃縮果汁
6	20	月	肉うどん にんじんしいしり バナナ	ゆでうどん、牛肉、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、ねぎ、かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、みりん、食塩 にんじん、卵、ごま油、砂糖、しょうゆ、酒 バナナ	牛乳 牛乳 五平餅 米、もち米、水、米みそ、砂糖、みりん、酒
7	21	火	ごはん ハンバーグ ジャーマンポテト オニオンスープ	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、食塩、ナツメグ、パン粉、牛乳、卵、ケチャップ、 ウスターソース じゃがいも、ベーコン、食塩、油 たまねぎ、水、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 バイクドチーズケーキ クリームチーズ、生クリーム グラニュー糖、卵、レモン果汁、小麦粉
8	22	水	ごはん さけのチーズ焼き れんこんの金平 かきたま汁	米 さけ、食塩、チーズ、油 れんこん、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、ごま 卵、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 中華風おこわおにぎり 米、もち米、焼き豚、にんじん、油、砂糖、 酒、食塩、しょうゆ、水
9	23	木	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツボンチ	米、牛肉、たまねぎ、マッシュルーム、油、バター、小麦粉、水、砂糖、トマトピューレ、 ケチャップ、ウスターソース、洋風だしの素、グリーンピース キャベツ、にんじん、食塩、砂糖、酢、マヨドレ もも缶、パイン缶、みかん缶	牛乳 牛乳 のい塩ポテト じゃがいも、油、食塩、あおのり チーズ
10	24	金	牛肉とごぼうの混ぜご飯 鶏肉の塩焼き ほうれん草のおかか和え 豆腐のすまし汁	米、牛肉、ごぼう、しょうが、しょうゆ、酒、みりん、和風だしの素 鶏もも肉、食塩 ほうれんそう、しょうゆ、砂糖、かつお節 豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 さつまいもケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、 グラニュー糖、卵、牛乳、さつまいも
11	25	土	牛丼 大根の煮物 わかめのみそ汁	米、牛肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、かつお・昆布だし汁 だいこん、かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、みりん、食塩 カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 フルーツボンチ もも缶、みかん缶
	27	月	和風スパゲティ 水菜とツナの和え物 コンソメスープ	スパゲティ、ベーコン、ほうれんそう、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、バター、 しょうゆ、にんにく みずな、ツナ油漬缶、砂糖、しょうゆ、ごま キャベツ、にんじん、水、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 千千ミ にら、豚ひき肉、米粉、片栗粉、中華だしの素 しょうゆ、水、ごま油、しょうゆ、砂糖
14	28	火	ごはん ポークチャップ パスタサラダ コーンスープ	米 豚肉、たまねぎ、バター、にんにく、ケチャップ、ウスターソース、水、食塩、油 スパゲティ、ハム、きゅうり、にんじん、食塩、マヨドレ クリームコーン缶、牛乳、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 プリンアラモード 卵、牛乳、砂糖、バニラエッセンス、 ホイップクリーム、みかん缶
	31	金	おぼけカレー マカロニサラダ オニオンスープ	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ホールトマト缶詰、油、 ケチャップ、砂糖、食塩、ウスターソース、水、ケチャップ カレー粉、マカロニ、にんじん、きゅうり、マヨドレ、食塩 たまねぎ、水、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 ハロウィンケーキ かぼちゃ、無塩バター、グラニュー糖 卵、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳

※献立表は予定ですので、諸事情により変更になる事があります。ご了承ください。

※延長おやつは、星食べよ・ぼたぼた焼きを提供します。