様式F118

2023年10月の献立

献　立　表

チャッピー保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
2	牛乳　じゃがいも	3	牛乳　オレンジ	4	ヨーグルト	5	牛乳　バナナ	6	牛乳　さつまいも	7	牛乳　ハイハイン
御飯	米	ドライカレー	米　合い挽きミンチ　にんじん　たまねぎ　ピーマン　りんご　カレー粉　かつおだし　ケチャップ　ウスターソース	御飯	米	御飯	米	鯛めし	米　鯛　にんじん　塩	牛丼	米　牛肉(ばら)　たまねぎ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
けんちん煮	鶏もも肉　だいこん　にんじん　木綿豆腐　油揚げ　さといも　板こんにゃく　砂糖　酒　みりん　しょうゆ	ブロッコリーの人参ドレッシング	キャベツ　ブロッコリー　にんじん　酢　しょうゆ　砂糖　油	メルルーサの南蛮漬	メルルーサ　片栗粉　油　砂糖　しょうゆ　酢	酢豚	豚肉(肩)　たまねぎ　にんじん　ピーマン　片栗粉　ケチャップ　しょうゆ　砂糖　みりん　油	高野豆腐の卵とじ	凍り豆腐　卵　いんげん　かつおだし汁　砂糖　しょうゆ　みりん　にんじん　しいたけ　酒	キャベツのおかか和え	キャベツ　かつお節　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
納豆の磯青菜和え	納豆　こまつな　にんじん　刻みのり　砂糖　しょうゆ　酒　みりん	野菜スープ	にんじん　しめじ　たまねぎ　かつおだし　しょうゆ（うすくち）みりん　酒	すまし汁	絹ごし豆腐　たまねぎ　えのきたけ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー　にんじん　しょうゆ　酒　みりん　砂糖　かつお節	バンバンジー	鶏ささ身　きゅうり　にんじん　すりごま　ごま油　しょうゆ　酢　砂糖　白みそ	みそ汁	さつまいも　油揚げ　たまねぎ　煮干だし汁　白みそ
みそ汁	さつまいも　焼ふ　ねぎ　煮干だし汁　白みそ	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	バナナ	バナナ	中華スープ	もやし　にら　えのきたけ　ごま　しょうゆ　酒　みりん　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　ごま油	みそ汁	なす　だいこん　ねぎ　煮干だし汁　白みそ		
								オレンジ	オレンジ		
シスコーンヨーグルト	ヨーグルト(加糖)　シスコーン	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ミルク餅	牛乳　砂糖　片栗粉　きな粉	鶏そぼろおにぎり	米　鶏ミンチ　しょうゆ　酒　みりん	牛乳	牛乳
		梨ケーキ	小麦粉　ベーキングパウダー　無塩バター　砂糖　卵　梨　牛乳	クッキー	小麦粉　バター　粉糖					オレンジ	オレンジ
9		10	牛乳　じゃがいも	11	牛乳　オレンジ	12	牛乳　バナナ	13	牛乳　さつまいも	14	牛乳　野菜ハイハイン
スポーツの日		味噌煮込みうどん	ゆでうどん　豚肉(ばら)　にんじん　たまねぎ　はくさい　コーン　白みそ　みりん　酒　しょうゆ　かつおだし汁	御飯	米	きのこの和風パスタ	スパゲティ　ベーコン　エリンギ　ほうれんそう　たまねぎ　しょうゆ　バター　食塩　刻みのり	鮭すし	米　さけ　きゅうり　にんじん　砂糖　酢　酒　ごま	御飯	米
		大根ナムル	だいこん　にんじん　カットわかめ　砂糖　しょうゆ（うすくち）　酢　みりん　ごま油	魚の竜田揚げレモンねぎだれ	さわら　白ねぎ　レモン果汁　片栗粉　しょうゆ　酢　砂糖　油	かぼちゃサラダ	かぼちゃ　きゅうり　マヨドレ	冷しゃぶサラダ	豚肉(しゃぶしゃぶ)　キャベツ　トウミョウ　ごま油　しょうゆ　酢　砂糖	焼きそば	焼きそばめん　豚肉(ばら)　にんじん　キャベツ　焼きそばソース
		バナナ	バナナ	きんぴらごぼう	ささがきごぼう　れんこん　にんじん　糸こんにゃく　ちくわ　ごま　しょうゆ　酒　みりん　砂糖	野菜スープ	レタス　たまねぎ　にんじん　かつおだし　みりん　酒　しょうゆ（うすくち）	胡瓜の塩昆布和え	きゅうり　塩こんぶ	胡瓜の塩昆布和え	きゅうり　塩こんぶ
				すまし汁	絹ごし豆腐　カットわかめ　焼ふ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん			すまし汁	絹ごし豆腐　みつば　たまねぎ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん	みそ汁	じゃがいも　なめこ　ねぎ　白みそ　煮干だし汁
								オレンジ	オレンジ		
		みかんヨーグルト	ヨーグルト(加糖)　みかん缶	牛乳	牛乳	ケチャップライス	米　たまねぎ　にんじん　コーン　ケチャップ　食塩	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
				ピザトースト	食パン　ウインナー　コーン　とろけるチーズ　ケチャップ			おふらスク	焼ふ　無塩バター　油　砂糖	オレンジ	オレンジ
16	ヨーグルト	17	牛乳　オレンジ	18	牛乳　じゃがいも	19	牛乳　バナナ	20	牛乳　さつまいも	21	牛乳　ハイハイン
御飯	米	ビーフカレー	米　牛肉(ばら)　にんじん　たまねぎ　じゃがいも　りんご　カレー粉　かつおだし　ケチャップ　ウスターソース　グリンピース	御飯	米	三色丼	米　豚ひき肉　ほうれんそう　卵　しょうゆ　砂糖　酒　みりん	御飯	米	とんとん丼	米　豚肉(肩ロース)　たまねぎ　ねぎ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
魚のネギ味噌焼き	さわら　白ねぎ　白みそ　みりん　酒　砂糖	なかよしサラダ	キャベツ　みかん缶　にんじん　酢　しょうゆ（うすくち）　砂糖　みりん	鶏肉のパン粉焼き	鶏もも肉　パン粉　粉チーズ　パセリ粉	キャベツと胡瓜のみそドレシング	キャベツ　きゅうり　コーン　白みそ　酢　しょうゆ　油　ごま油　砂糖	白身魚のフライ（オーロラソース）	メルルーサ　小麦粉　パン粉　水　油　マヨドレ　ケチャップ	もやしの和え物	もやし　にんじん　カットわかめ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
春雨サラダ	はるさめ　きゅうり　にんじん　酢　砂糖　酒　みりん　しょうゆ　ごま油	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	パプリカと卵のサラダ	キャベツ　赤パプリカ　卵　コーン　マヨドレ	すまし汁	たまねぎ　エリンギ　みつば　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん	あげとえのきのサラダ	キャベツ　きゅうり　油揚げ　えのきたけ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖	みそ汁	たまねぎ　木綿豆腐　ねぎ　煮干だし汁　白みそ
すまし汁	ほうれんそう　絹ごし豆腐　油揚げ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん			みそ汁	生揚げ　なめこ　ほうれんそう　白みそ　煮干だし汁	みそ汁	だいこん　じゃがいも　白ねぎ　煮干だし汁　白みそ				
				バナナ	バナナ	オレンジ	オレンジ				
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ぶどうゼリー	ぶどうジュース　ゼラチン　砂糖　水	牛乳	牛乳	ソーセージピラフ	米　ウインナーソーセージ　たまねぎ　にんじん　コーン（冷凍）　しょうゆ　コンソメ	牛乳	牛乳
芯かし芋	さつまいも	きなこサブレ	小麦粉　片栗粉　きな粉　砂糖　牛乳　油			かぼちゃケーキ	ホットケーキ粉　かぼちゃ　無塩バター　砂糖　卵　牛乳			オレンジ	オレンジ
23	ヨーグルト	24	牛乳　オレンジ	25	牛乳　じゃがいも	26	牛乳　バナナ	27	牛乳　さつまいも	28	牛乳　野菜ハイハイン
きつねうどん	ゆでうどん　油揚げ　ねぎ　かつおだし汁　しょうゆ　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん　食塩	御飯	米	御飯	米	パエリア	米　カレー粉　しらす干し　赤パプリカ　黄パプリカ　たまねぎ　パセリ粉	御飯	米	御飯	米　塩昆布
		鶏肉のさっぱりレモン焼き	鶏もも肉　レモン　酒　食塩　砂糖　みりん　しょうゆ　パセリ	さわらのコーンマヨ焼き	さわら　コーン　マヨドレ　しょうゆ　食塩　パセリ粉	スパニッシュオムレツ	卵　ベーコン　じゃがいも　ほうれんそう　食塩　油　ケチャップ	チキンカツ	鶏むね肉　パン粉　小麦粉　油　とんかつソース	冷やしうどん	ゆでうどん　豚肉（しゃぶしゃぶ）　カットわかめ　しょうゆ　みりん　かつおだし汁　梅肉
ブロッコリーとちくわの味噌マヨ和え	ブロッコリー　ちくわ　すりごま　白みそ　マヨドレ　砂糖　しょうゆ	ポテトサラダ	じゃがいも　にんじん　きゅうり　マヨドレ　食塩	切り干し大根の煮物	切り干しだいこん　にんじん　油揚げ　しょうゆ　酒　みりん　砂糖	キャロットサラダ	にんじん　キャベツ　みかん缶　酢　しょうゆ（うすくち）　砂糖　みりん	スパゲティサラダ	スパゲティ　にんじん　きゅうり　マヨドレ		
		すまし汁	絹ごし豆腐　エリンギ　カットわかめ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん	みそ汁	木綿豆腐　しいたけ　みつば　煮干しだし汁　白みそ	野菜スープ	エリンギ　レタス　たまねぎ　かつおだし　しょうゆ（うすくち）みりん　酒	すまし汁	たまねぎ　カットわかめ　焼ふ　かつおだし汁　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん	大根サラダ	だいこん　ツナ油漬缶　しょうゆ　酒　みりん　砂糖
オレンジ	オレンジ			オレンジ	オレンジ						
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	きのこの炊き込み御飯	米　鶏もも肉 えのきたけ まいたけ にんじん　しょうゆ（うすくち）　酒　みりん　かつおだし汁	牛乳	牛乳	カルピスゼリー	カルピス　水　ゼラチン	牛乳	牛乳
蒸しパン	ホットケーキミックス　無調整豆乳	きなこ揚げパン	ロールパン　砂糖　油　きな粉			エンパナディージャ	餃子の皮 卵 ツナ油漬缶 ピーマン たまねぎ ケチャップ 食塩 油			オレンジ	オレンジ
30	ヨーグルト	31	牛乳　オレンジ								
御飯	米	御飯	米								
ポークビーンズ	豚肉(ばら)　ゆで大豆　じゃがいも　にんじん　たまねぎ　ケチャップ　ウスターソース　砂糖	鮭の塩焼き	さけ　食塩								
ささ身ともやしのナムル	もやし　キャベツ　にんじん　鶏ささ身　砂糖　しょうゆ（うすくち）　酢　みりん　ごま油	大豆の煮物	にんじん　ゆで大豆　板こんにゃく　油揚げ　ひじき　砂糖　みりん　酒　しょうゆ　かつおだし汁								
野菜スープスープ	ブロッコリー　しめじ　たまねぎ　しょうゆ（うすくち）　かつおだし	みそ汁	さつまいも　もやし　ねぎ　煮干だし汁　白みそ								
たぬきおにぎり	米　あおのり　天かす　しょうゆ	牛乳	牛乳								
		かぼちゃクッキー	かぼちゃ　砂糖　無塩バター　片栗粉　小麦粉								