



10月予定献立一覧表



つぼみ保育園

2015年

日	曜日	献立名	使用する主な食材			おやつ		
						未満児10時	全児童3時	
1	木	ポークシチュー・ブロッコリーのさっぱり和え オレンジ (バターロール)	国産豚肩ロース マッシュルーム ブロッコリー	じゃがいも グリーンピース かにかまぼこ	たまねぎ 牛乳 スイートコーン	にんじん シチューベースビーフ たまご	いかちび	とうふドーナツ 牛乳
2	金	和風きのこスパゲッティ・コンソメスープ ぶどうゼリー	スパゲッティ ベーコン ジュース・ぶどうゼリー	たまねぎ わかめ ハーベスト	しめじ にんじん 牛乳	えのきたけ ねぎ ポーロ	ポーロ	ハーベスト 牛乳
3	土	親子丼・厚揚げのみそ汁 ヨーグルト (ごはん)	たまご 絹さや 星たべよ	鶏肉 生揚げ ピルクル	たまねぎ ほうれん草 パイン缶	しらたき 味噌の絹ヨーグルト(プレーン) 米	パイン缶	星たべよ ピルクル
5	月	豆腐ハンバーグ・ごま醤油和え ベジタブルスープ (ごはん)	木綿豆腐 牛乳 かにかまぼこ	豚ひき肉 パン粉 むき枝豆	たまねぎ レタス ブロッコリー	たまご だいこん スイートコーン	ミニゼリー	さやえんどう 牛乳
6	火	鮭のきのこソースかけ・ポテトサラダ たまごのみそ汁・りんご (ごはん)	鮭 トマト スキムミルク	しめじ じゃがいも たまご	えのきたけ 魚肉ソーセージ ほうれん草	たまねぎ きゅうり りんご	ヨーグルト	ホワイトロリータ 牛乳
7	水	さくら鶏の唐揚げ・フレンチ和え ねばねば和え・板心の澄まし汁 (ごはん)	さくら鶏肉 納豆 絹ごし豆腐	もやし しらす干し プチチョコパン	むきえび ブロセスチーズ 牛乳	黄ピーマン 板ふ マミー	マミー	プチチョコパン 牛乳
8	木	手作りお弁当の日					ピルクル	ケーキ 牛乳
9	金	ワンタンメン バナナ	中華めん たまねぎ バナナ	ワンタン にんじん 小結あられ	なると 干しいたけ 牛乳	チンゲン菜 ねぎ マンナウエファ	マンナウエファ	小結あられ 牛乳
10	土	エッグカレー オレンジ (ごはん)	うずら卵 にんじん 福神漬	国産豚肩ロース アスパラガス オレンジ	じゃがいも スキムミルク ぼたぼた焼き	たまねぎ カレールー ピルクル	かーさんケット	ぼたぼた焼き ピルクル
13	火	ひじきスクランブル・しらす和え 豆腐の澄まし汁 (鮭フレークごはん)	たまご ブロッコリー 万能ねぎ	芽ひじき にんじん しるこサンド	たまねぎ しらす干し ミックスジュース	スキムミルク 絹ごし豆腐 ビスコ	ビスコ	しるこサンド ミックスジュース
14	水	赤魚の西京焼き・筑前煮 なめこのみそ汁 (納豆ごはん)	赤魚 れんこん なめこ	トマト 角こんにゃく だいこん	さつま揚げ 干しいたけ ポップコーン	にんじん いんげん リッツ	ミニゼリー	ポップコーン リッツ 牛乳
15	木	ハヤシライス・ごま風味サラダ りんご (ごはん)	国産豚肩ロース マッシュルーム スイートコーン	じゃがいも ハヤシルウ 白いりごま	たまねぎ ほうれん草 りんごかりんとう	にんじん かにかまぼこ かぼちゃ	ヨーグルト	パンブキン蒸しパン 牛乳
16	金	野菜あんかけうどん バナナ	茹うどん しめじ まがりせんべい	鶏肉 ピーマン 牛乳	はくさい なると キャラメルコーン	にんじん バナナ	キャラメルコーン	まがりせんべい 牛乳
17	土	ピピン丼・じゃがいものみそ汁 ヨーグルト (ごはん)	たまご にんじん 調整豆乳	豚ひき肉 きざみのり 味噌の絹ヨーグルト(いちじ)	もやし じゃがいも 黒糖みるく	こまつな 高野豆腐 ピルクル	黄桃缶	黒糖みるく ピルクル
19	月	たら和風ムニエル・パンブキンサラダ 豆腐のみそ汁 (ごはん)	たら むき枝豆 牛乳	トマト 絹ごし豆腐 ミニゼリー	かぼちゃ 油揚げ 米	魚肉ソーセージ アスパラガスビスケット	ミニゼリー	アスパラガスビスケット 牛乳
20	火	お好み焼き卵・ごま和え 納豆・さつまいものみそ汁 (ごはん)	たまご ほうれん草 納豆	きゃべつ にんじん さつまいも	むきえび スライスかまぼこ 高野豆腐	花かつお 白すりごま 万能ねぎ	ヨーグルト	プチコーン りんごジュース
21	水	豆腐ステーキカニ風味あん・だいこんサラダ もずくスープ (ふりかけごはん)	木綿豆腐 だいこん もずく	かにかまぼこ シーチキン 糸みつば	たまねぎ スイートコーン プチクリームパン	グリーンピース プチトマト 牛乳	マリ-ビスケット	プチクリームパン 牛乳
22	木	鶏のピザ風焼き・シャキシャキ和え 葉大根のみそ汁・フルーチェ (ごはん)	鶏肉 パセリパウダー きゅうり	たまねぎ トマト 葉だいこん	ピーマン もやし たまご	ピザ用チーズ ちくわ フルーチェ	ピルクル	フライドポテト 牛乳
23	金	野菜しおラーメン バナナ	中華めん にんじん バナナ	鶏ひき肉 黒きくらげ ポテコ	はくさい ねぎ 牛乳	たまねぎ たまご アンパンマンのソフトせんべい	アンパンマンのソフトせんべい	ポテコ 牛乳
24	土	シュリンプシチュー オレンジ (クロワッサン)	むきえび にんじん オレンジ	国産豚肩ロース アスパラガス 味しらべ	じゃがいも スキムミルク ピルクル	たまねぎ シチューベース ハイハイ	ハイハイ	味しらべ ピルクル
26	月	ほっけのごま焼き・シャーマンポテト 鶏そぼろ・小松菜のみそ汁・ヨーグルト (ごはん)	ほっけ ベーコン 油揚げ	白いりごま パセリパウダー	じゃがいも 鶏ひき肉 りんごかりんとう	たまねぎ こまつな 牛乳	お子様せんべい	りんごかりんとう 牛乳
27	火	ツナ玉・ピーナッツ和え だいこんのみそ汁 (納豆ごはん)	たまご トマト ピーナッツバター	シーチキン ほうれん草 だいこん	たまねぎ かにかまぼこ にんじん	スキムミルク 粉末ピーナッツ 高野豆腐	ミニゼリー	ばりんこ 牛乳
28	水	まめまめカレー・マヨネーズサラダ オレンジ (ごはん)	豚ひき肉 ゆでだいす ブロッコリー	じゃがいも スキムミルク 魚肉ソーセージ	たまねぎ カレールー スイートコーン	にんじん 福神漬 オレンジ	ヨーグルト	小魚せんべい ココアミルク
29	木	さばの竜田揚げ・中華風和え わかめのみそ汁・りんご (ごはん)	さば にんじん さつまいも	レタス わかめ たまご	もやし 絹ごし豆腐 牛乳	笹かまぼこ りんご がんばれ野菜家族	がんばれ野菜家族	スイートポテト 牛乳
30	金	みそ煮込みうどん バナナ	茹うどん にんじん 牛乳	なると ねぎ 白い風船	国産豚肩ロース バナナ	チンゲン菜 ハロウィンカップケーキ	白い風船	ハロウィンカップケーキ 牛乳
31	土	照り焼き丼・きのこスープ スイーティーゼリー (ごはん)	鶏肉 えのきたけ ピルクル	きゃべつ たまねぎ プレミアムクラッカー	きざみのり スイーティーゼリー 米	しめじ きなこ餅	プレミアムクラッカー	きなこ餅 ピルクル

作成 (株) 栄研 / 栄養管理課

給食の研修などにより、献立が変更になることもあります。8日はお誕生会です。

() は未満児の主食となっております。

7日 さくら鶏肉 横浜町の新鮮な地鶏を手作り唐揚げにしました。

27日 りんごかりんとう つがる市製工房月見野で作られている美味しいかりんとうです。

