



10月の献立



かしのみ保育園 令和6年10月

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
1	火	牛乳 マカロニ きなこ	ごはん 鶏肉のママレード焼き ツナサラダ ポテトスープ	米 鶏肉、マーマレード、しょうゆ、みりん キャベツ、小松菜、人参、ツナ、りんご酢、三温糖、しょうゆ、食塩 ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、コンソメ、パセリ粉	スキムミルク チーズおにかおにぎり 米、チーズ、しょうゆ、かつお節
2	水	牛乳 はったい 粉	ごはん/じゃこふりかけ 高野豆腐の卵とし キャベツのゆかりあえ ぶどうゼリー	米、ちりめん、かつお節、三温糖、しょうゆ、みりん、青のり 鶏肉、卵、高野豆腐、じゃがいも、人参、玉ねぎ、干しいたけ、枝豆、三温糖、しょうゆ、和風だし キャベツ、人参、ゆかり、食塩 粉寒天、三温糖、ぶどうジュース	ミロ コーンマヨトースト 食パン、とうもろこし、玉ねぎ、 チーズ、ノンエッグマヨネーズ、 パセリ粉
3	木	牛乳 果物	ごはん かれいのおろし煮 彩り野菜のごまあえ 豚汁	米 かれい、生姜、だし汁、しょうゆ、みりん、三温糖、大根 人参、小松菜、キャベツ、もやし、白ごま、三温糖、しょうゆ、酢 豚肉、厚揚げ、白菜、人参、ごぼう、ねぎ、ごま油、煮干しだし汁、みそ	牛乳 アメリカンドッグ ホットケーキミックス、豆腐、三温糖、 ウインナー、揚げ油、ケチャップ
4	金	牛乳 菓子	ごはん ポークチャップ グリーンサラダ かぼちゃのみそ汁	米 豚肉、玉ねぎ、バター、ケチャップ、トマトピューレ、コンソメ、しょうゆ、 三温糖、ソース キャベツ、きゅうり、りんご酢、三温糖 かぼちゃ、玉ねぎ、人参、絹豆腐、ねぎ、煮干しだし汁、みそ	スキムミルク にゅうめん ひやむぎ、玉ねぎ、油揚げ、 人参、ねぎ、だし汁、 しょうゆ、みりん
5	土	牛乳 菓子	いなかうどん 小松菜の磯あえ 果物（バナナ）	うどん、豚肉、厚揚げ、玉ねぎ、人参、しめじ、ねぎ、みそ、だし汁 小松菜、人参、ちりめん、塩こんぶ バナナ	お茶 菓子
7	月	牛乳 菓子	ごはん 豚肉と里芋の炒め煮 ひじきとちりめんの酢のもの 切干大根のみそ汁	米 豚肉、さつま揚げ、人参、里芋、玉ねぎ、しめじ、糸こんにゃく、生姜、 枝豆、ごま油、三温糖、しょうゆ、だし汁 ちりめん、もやし、小松菜、人参、ひじき、三温糖、しょうゆ、すし酢、しょうゆ 油揚げ、玉ねぎ、切干大根、ねぎ、だし汁、みそ	牛乳 焼きもち 豆腐、白玉粉、甘納豆、三温糖
8	火	牛乳 マカロニ きなこ	きのこの炊き込みごはん ししゃもの天ぷら 五色あえ みそけんちん汁	米、豚肉、しめじ、エリンギ、えのきたけ、人参、しょうゆ、三温糖 ししゃも、天ぷら粉、揚げ油 小松菜、もやし、人参、とうもろこし、干しいたけ、白ごま、三温糖、しょうゆ 豆腐、大根、人参、ごぼう、ねぎ、ごま油、煮干しだし汁、みそ	牛乳 栗蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、 豆乳、三温糖、油、くり
9	水	牛乳 菓子	ごはん 油淋鶏 チンゲン菜の中華あえ ベーコンスープ	米 鶏肉、しょうゆ、片栗粉、揚げ油、白ねぎ、三温糖、中華だし、しょうゆ、 生姜、ごま油、酢 チンゲン菜、もやし、かにかまぼこ、中華だし、ごま油、しょうゆ、白ごま ベーコン、玉ねぎ、人参、にら、中華だし	スキムミルク マシュマロコーンフレーク コーンフレーク、マシュマロ、 バター
10	木	牛乳 果物	ごはん 魚のパン粉焼き フレンチサラダ ミネストローネ	米 ホキ、ノンエッグマヨネーズ、ヨーグルト、パン粉、粉チーズ、パセリ キャベツ、とうもろこし、きゅうり、人参、りんご酢、三温糖、食塩 ウインナー、マカロニ、大豆、しめじ、玉ねぎ、トマト缶、パセリ、コンソメ、食塩	牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ
11	金	牛乳 はったい 粉	秋野菜のカレーライス 和風サラダ フルーツヨーグルト	米、豚肉、玉ねぎ、れんこん、さつまいも、しめじ、エリンギ、枝豆、カレールー キャベツ、きゅうり、人参、わかめ、すし酢、食塩 みかん、パイナップル、もも、ヨーグルト、三温糖	スキムミルク 黒糖ラスク 食パン、バター、黒砂糖
12	土	牛乳 菓子	ピラフ 野菜スープ 果物（オレンジ）	米、鶏肉、人参、玉ねぎ、エリンギ、枝豆、コンソメ、しょうゆ、バター、食塩 ウインナー、玉ねぎ、キャベツ、人参、しめじ、コンソメ、パセリ粉 オレンジ	お茶 菓子
15	火	牛乳 菓子	ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め れんこんチップ 中華スープ	米 豚肉、厚揚げ、人参、キャベツ、玉ねぎ、きくらげ、ピーマン、みそ、 三温糖、しょうゆ、片栗粉 れんこん、揚げ油、食塩 ベーコン、もやし、人参、玉ねぎ、とうもろこし、チンゲン菜、中華だし、食塩	スキムミルク セサミクッキー 小麦粉、三温糖、豆乳、 バター、ごま、白ごま
16	水	牛乳 はったい 粉	ミートスパゲティ ポテトサラダ コーンスープ	スパゲティ、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、エリンギ、しめじ、トマト缶、コンソメ、ケチャップ、 ウスターソース、三温糖、チーズ ロースハム、じゃがいも、人参、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ、食塩 玉ねぎ、とうもろこし、人参、クリームコーン、コンソメ、食塩、パセリ粉	牛乳 さばそぼろおにぎり 米、さば、人参、白ねぎ、しょうゆ、みりん、 三温糖、みそ

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
17	木	牛乳菓子	ごはん 白身魚のきのこあんかけ 五目汁 牛乳かん	米 ホキ、塩、片栗粉、揚げ油、玉ねぎ、えのきたけ、しめじ、人参、しいたけ、きくらげ、だし汁、しょうゆ、片栗粉、いんげん 鶏肉、油揚げ、大根、人参、ごぼう、小松菜、煮干しだし汁、みそ 牛乳、粉寒天、砂糖、みかん	お茶 焼きうどん うどん、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、ごま油、お好み焼きソース
18	金	牛乳菓子	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 豆苗とちくわのマヨネーズあえ すまし汁	米 鶏肉、みそ、白ごま、みりん、三温糖 ちくわ、キャベツ、人参、豆苗、ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ、人参、えのきたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、食塩	スキムミルク 豆腐ドーナツ ホットケーキミックス、豆腐、三温糖、揚げ油
19	土	牛乳菓子	中華丼 チンゲン菜のスープ 果物（バナナ）	米、豚肉、白菜、たけのこ、しいたけ、人参、きくらげ、生姜、ごま油、中華だし、食塩、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、しめじ、人参、チンゲン菜、中華だし、食塩 バナナ	お茶 菓子
21	月	牛乳はったい粉	ごはん 筑前煮 チンゲン菜のおかかあえ 麩のみそ汁	米 鶏肉、ちくわ、ごぼう、人参、たけのこ、糸こんにゃく、れんこん、枝豆、干しいたけ、しょうゆ、三温糖、みりん、ごま油 チンゲン菜、もやし、人参、かつお節、しょうゆ 麩、大根、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干しだし汁、みそ	ミロ ブレーン蒸しパン 小麦粉、豆乳、砂糖、油、ベーキングパウダー
22	火	牛乳マカロニきなこ	ごはん 松風焼き 干草あえ のっぺい汁	米 鶏ひき肉、卵、豆腐、玉ねぎ、人参、牛乳、三温糖、みそ、白ごま、青のり 油揚げ、ほうれん草、もやし、人参、きゅうり、かつお節、三温糖、しょうゆ ちくわ、里芋、ごぼう、人参、糸こんにゃく、ねぎ、ごま油、だし汁、しょうゆ、食塩	スキムミルク 梅昆布おにぎり 米、梅干し、こんぶ、しょうゆ、三温糖、ちりめん、枝豆、白ごま
23	水	牛乳菓子	ごはん 秋鮭の塩焼き 柿なます 豆腐と卵のみそ汁	米 さけ、食塩 大根、人参、きゅうり、かき、すし酢、食塩 豆腐、卵、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干しだし汁、みそ	牛乳 さつまいもチップス さつまいも、揚げ油、食塩、三温糖
24	木	牛乳果物	麻婆豆腐丼 粉ふきいも 春雨スープ	米、豆腐、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、干しいたけ、にら、生姜、三温糖、みそ、しょうゆ、片栗粉、ごま油 じゃがいも、食塩、青のり 春雨、干しいたけ、人参、玉ねぎ、とうもろこし、ねぎ、中華だし、食塩	スキムミルク きなこクリームサンド 食パン、バター、きな粉、グラニュー糖
25	金	牛乳菓子	 お弁当の日		スキムミルク ココアゼリー ココア、牛乳、三温糖、粉寒天
26	土	牛乳菓子	ビビンバ丼 わかめスープ 果物（オレンジ）	米、豚ひき肉、みそ、三温糖、しょうゆ、白ごま、ごま油、もやし、人参、にら、しょうゆ、三温糖、ごま油 玉ねぎ、人参、とうもろこし、しいたけ、わかめ、中華だし オレンジ	お茶 菓子
28	月	牛乳菓子	ごはん 鶏肉の中華風照り焼き もやしと小松菜のナムル むらこみ汁	米 鶏肉、オイスターソース、しょうゆ、三温糖、みりん、ごま油 もやし、小松菜、人参、中華だし、ごま油、しょうゆ、白ごま 卵、玉ねぎ、人参、干しいたけ、わかめ、中華だし、食塩	スキムミルク 菓子、チーズ スナック菓子、チーズ
29	火	牛乳はったい粉	ごはん さつまいもコロケ キャベツのごまドレサラダ なめこのみそ汁	米 鶏ひき肉、さつまいも、玉ねぎ、食塩、小麦粉、パン粉、揚げ油 キャベツ、きゅうり、人参、りんご酢、三温糖、食塩、白ごま 豆腐、なめこ、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干しだし汁、みそ	牛乳 キャラットゼリー 人参、粉寒天、砂糖、みかん、レモン果汁、オレンジジュース
30	水	牛乳果物	ごはん 魚のカレームニエル ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	米 さわら、食塩、小麦粉、カレー粉、バター ブロッコリー、キャベツ、人参、とうもろこし、りんご酢、三温糖、食塩 ベーコン、玉ねぎ、人参、えのきたけ、パセリ、コンソメ、食塩	スキムミルク チャーハン 米、卵、ベーコン、人参、玉ねぎ、ねぎ、中華だし、食塩
31	木	牛乳マカロニきなこ	パン(3上)／ごはん(3未) かぼちゃのシチュー コールスローサラダ りんご	コッペパン、米 鶏肉、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、しめじ、エリンギ、グリーンピース、クリームシチュールウ、牛乳、食塩 ロースハム、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、ノンエッグマヨネーズ りんご酢、三温糖、食塩 りんご	牛乳 ハロウィンクッキー 小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖、バター、豆乳、ココア

