

はいしゃさんの保育園(一般)

2022年10月分の献立

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前											1	牛乳、ビスケット
昼食											野菜そぼろ丼(納豆)、みそ汁(もやし・あげ)、バナナ	
午後											牛乳、おやつ・ケチャップライス	
午前	3	牛乳、ビスケット	4	ソイジュース、ビスケット	5	牛乳、ビスケット	6	ソイジュース、ビスケット	7	牛乳、ビスケット	8	牛乳、ビスケット
昼食	豆腐丼(カレー風味)、きゅうりのゆかりあえ、すまし汁(こまつな・鶏)、オレンジ		御飯、たらきのこのがけ、かぼちゃのだし浸し、みそ汁(もやし・あげ)		御飯、肉じゃが・カレー味(豚肉)、きゅうりの酢の物(みかん)、納豆汁(だいこん)		御飯、厚揚げのそぼろあん、蒸し野菜のサラダ、みそ汁(豆腐・なす)		御飯、さわらのしょうゆ焼き、ベイクド里芋(ごま)、ビーフンのスープ(ほうれんそう)		豚肉の甘みそ丼、オレンジ	
午後	牛乳、にんじんおやき		牛乳、チヂミ(おから・キャベツ)		牛乳、きな粉クリームサンド		牛乳、たこ焼き風いももち		牛乳、おやつ・チャーハン(しらす・ひじき)		牛乳、おにぎり(塩こんぶ)	
午前	10		11	ソイジュース、ビスケット	12	牛乳、ビスケット	13	ビスケット、ソイジュース	14	牛乳、ビスケット	15	牛乳、ビスケット
昼食			御飯、さけの酒蒸し、ひじきとさつまいもの炒り煮、みそ汁(だいこん・ほうれんそう)、りんご		じゃこませ御飯、酢鶏、ほうれん草とえのき茸のお浸し、じゃがいものスープ		御飯、タンドリーチキン、キャベツのパンサラダ、豆腐旨煮(キャベツ)		ハリハリわかめ御飯、鶏肉のトマト煮、ほうれん草のしらすあえ、じゃがいも(しそ)		てりやき野菜丼、なし	
午後			牛乳、ポンデケーキ		牛乳、かぼちゃの豆腐パン		牛乳、ドーナツ(焼き)		牛乳、ミニパン		牛乳、おにぎり(じゃこおかか)	
午前	17	牛乳、ビスケット	18	ソイジュース、ビスケット	19	牛乳、ビスケット	20	ソイジュース、ビスケット	21	牛乳、ビスケット	22	牛乳、ビスケット
昼食	厚揚げの中華丼、キャベツとほうれん草の塩ごま和え、けんちん汁、りんご		御飯、豚肉と野菜のごま炒め、ブロッコリーのおかか煮、豆腐すまし汁(わかめ)		御飯、焼きがんとどきのあんかけ、かぼちゃ(蒸し)、みそ汁(はくさい・さといも)		御飯、鶏肉と大豆の揚げ煮、はるさめの酢の物(みかん)、みそ汁(なす・あげ)		御飯、さわらのごぼうあん、きゅうりのピクルス、わかめスープ		豚丼、りんご	
午後	牛乳、いもかんてん		牛乳、ポテトのキャベツ焼き(えび)		牛乳、トースト(じゃこ)		牛乳、おやつ・油揚げと野菜の混ぜご飯		牛乳、おはぎ(きな粉)		牛乳、菜飯おにぎり(小松菜)	
午前	24	牛乳、ビスケット	25	ソイジュース、ビスケット	26	牛乳、ビスケット	27	ビスケット、ソイジュース	28	牛乳、ビスケット	29	牛乳、ビスケット
昼食	ピーンズライス、小松菜のしらすサラダ(キャベツ)、オニオンスープ		御飯、蒸しさけの照りつけ、かぼちゃのマリネ、みそ汁(はくさい・あげ)		御飯、マーボー豆腐(キッズ)、もやしのナムル、さつまいものレモン煮		御飯、鶏むね肉のふっくら焼き、れんこんと厚揚げの炒め煮、みそ汁(なす・じゃがいも)		御飯、さわらの五目とろみ煮、ブロッコリーのごまサラダ、豆腐すまし汁(だいこん・あげ)		納豆とり丼、バナナ	
午後	牛乳、米粉おに蒸しパン		牛乳、卵不使用クッキー		牛乳、ミニパン		牛乳、おやつ小魚(ごま)、五平餅		牛乳、蒸し芋		牛乳、おやつ・おさかなごはん	
午前	31	牛乳、ビスケット										
昼食	豆乳クリームドリア、ゆでブロッコリー、かぼちゃのスープ											
午後	牛乳、豆腐ココアケーキ											