

はいしゃさんの保育園(一般)

2023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	2	牛乳、ビスケット	3	ソイジュース、ビスケット	4	牛乳、ビスケット	5	ソイジュース、ビスケット	6	牛乳、ビスケット	7	牛乳、ビスケット
昼食	野菜そぼろ丼(納豆)、きゅうりのピクルス、すまし汁(じゃがいも)		御飯、さけの酒蒸し、さつま芋の甘煮、豆腐みそ汁(だいこん)		御飯、ポークビーンズ、キャベツのパンサラダ		御飯、さわらの五目とろみ煮、野菜のごま和え、みそ汁(ほうれん草・生あげ)		御飯、鶏むね肉のごまみそ焼き、切干大根としらすの炒り煮、すまし汁(かぼちゃ・たまねぎ)		豚丼、豆腐すまし汁(わかめ)	
午後	牛乳、おにぎり(じゃこおかか)		牛乳、かぼちゃもち(焼き)		牛乳、米粉蒸しパン		牛乳、きな粉クリームサンド		牛乳、野菜もち(こまつな・きな粉)		牛乳、りんご	
午前	9		10	ソイジュース、ビスケット	11	牛乳、ビスケット	12	ソイジュース、ビスケット	13	牛乳、ビスケット	14	牛乳、ビスケット
昼食			御飯、豚肉と野菜のカレー炒め、蒸しかぼちゃ、みそ汁(キャベツ・あげ)		御飯、豆腐の五目焼き、ほうれん草のとろみ炒め(えのき)、コーンみそ汁(もやし)		御飯、さけの西京焼き、ブロッコリーのごまあえ、五目汁		御飯、肉じゃが(豚肉)、きゅうりの酢の物(みかん)、豆腐みそ汁(なす・あげ)		みそ炒め丼、すまし汁(じゃがいも・わかめ)	
午後			牛乳、おやつ小魚(ごま)、ベイクレ里芋(おやつ)		牛乳、たこ焼き風いもち		牛乳、コッペパン		牛乳、焼きドーナツ		牛乳、バナナ	
午前	16	牛乳、ビスケット	17	ソイジュース、ビスケット	18	牛乳、ビスケット	19	ソイジュース、ビスケット	20	牛乳、ビスケット	21	牛乳、ビスケット
昼食	ドライカレーライス、野菜のスープ煮(かぼちゃ)、バナナ		御飯、白身魚のみみじ焼き、白和え(ほうれん草・にんじん・ごま)、すまし汁(だいこん・さつまいも)		御飯、厚揚げのそぼろあん、きゅうりのゆかりあえ、みそ汁(じゃが芋・なす)		御飯、さわらのごま焼き、はるさめともやしのソテー、豆乳汁(野菜)		さつま芋御飯、筑前煮、豆腐のコーンみそ焼き、すまし汁(たまねぎ・えのき)		カレーうどん、きゅうりのごま和え	
午後	牛乳、凍り豆腐のきな粉トースト		牛乳、おやつ・チャーハン(豚肉)		牛乳、にんじんおやき		牛乳、りんごパン		牛乳、米粉蒸しパン・パン		牛乳、バナナ	
午前	23	牛乳、ビスケット	24	ソイジュース、ビスケット	25	牛乳、ビスケット	26	ソイジュース、ビスケット	27	牛乳、ビスケット	28	牛乳、ビスケット
昼食	中華丼(はくさい)、豆腐スープ(ごま)、りんご		御飯、たらこの磯辺焼き、凍り豆腐とにんじんの煮物、みそ汁(かぼちゃ・だいこん)		御飯(じゃこふりかけ)、揚げ鶏の五目和え、スープ(キャベツ・えのき)		御飯、白身魚の煮つけ、じゃが芋炒め、豆腐みそ汁(なす・あげ)		御飯、鶏のから揚げ、キャベツのサラダ(しらす)、コーンスープ(だいこん)		てりやき野菜丼、豆腐みそ汁(だいこん・わかめ)	
午後	牛乳、五平もち		牛乳、おにぎり(とりそぼろ)		牛乳、マカロニのトマト煮		牛乳、コッペパン		牛乳、かぼちゃの豆腐パン		牛乳、りんご	
午前	30	牛乳、ビスケット	31	ソイジュース、ビスケット								
昼食	さけとひじきの炊き込み御飯、にんじんのごまあえ、みそ汁(じゃがいも・ほうれん草)		ハロウィン・かぼちゃのシチューライス、おばけハンバーグ、ゆでブロッコリー									
午後	牛乳、チヂミ(小松菜・豆腐・ごま)		牛乳、ハロウィンクッキー									