

		☆		☆		☆		☆		☆	
		10月1日(水)	10月2日(木)	10月3日(金)	10月6日(月)	10月7日(火)	10月8日(水)	10月9日(木)	10月10日(金)	10月14日(火)	10月15日(水)
献立名	①	ホイコーロー	鶏の照焼き	甘辛炒め	お月見ハンバーグ	ご飯	チャンドル	鶏あんかけ丼	お好み焼	田舎煮	かにクリームフライ
	②	香巻	カレーポイル	煮付	ペペロンチーノ	ポークカレー	さつまあげ	揚げぎょうざ	カラフルエッグ	キャベツのマヨ和え	ミートポテト
	③	じゃこ和え	コールスローサラダ	ごぼうサラダ	ごまサラダ	青りんごゼリー	オクラサラダ	ももゼリー	切干大根のサラダ	カレーコロッケ	小松菜の中華風サラダ
	④	さつまあげ	みかん缶	黄桃缶	みかん缶		チキンカツ		煮付	黄桃缶	ハムステーキ
	⑤	ごはん	ごはん	中華漬け	ごはん		りんご缶		オレンジ	ごはん	パイナップル
原 材 料	①	①ホイコーロー 豚肉 キャベツ ピーマン にんにく にんにく 赤みそ 醤油 ごま油	①鶏の照焼き 鶏もも肉 三温糖 醤油 みりん	①甘辛炒め 牛肉 玉ねぎ しめじ 赤パプリカ 醤油 みりん 油	①お月見ハンバーグ ハンバーグ デミグラスソース ケチャップ 三温糖 スティックポテト 油 スライスたまご	①ご飯 米	①チャンドル 木綿豆腐 玉子 豚ミンチ 玉ねぎ にんにく ほうれん草 油 みりん 醤油 塩	①鶏あんかけ丼 米 鶏むね肉 しめじ ごぼう えのき にんじん 大根 青ねぎ 生姜 淡口醤油 みりん 三温糖 塩	①お好み焼 お好み焼 おたふくソース 油	①田舎煮 鶏むね肉 大根 玉ねぎ にんにく 竹輪 里芋 三温糖 醤油 みりん 片栗粉	①かにクリームフライ クリームフライ 油
	②	②香巻 香巻 油	②カレーポイル 太もやし カレー粉 塩	②煮付 厚揚げ みりん 醤油	②ペペロンチーノ スパゲティ ガーリック オリーブオイル	②ポークカレー 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん カレー粉 ホワイトルーフ パモント ガーリック 三温糖 コンソメ ウスターソース	②さつまあげ きくらげ 天 油	②カラフルエッグ 玉子 えだまめ にんじん 油	②カラフルエッグ 玉子 えだまめ にんじん 油	②キャベツのマヨ和え キャベツ マヨネーズ	②ミートポテト じゃが芋 ミートソース
	③	③じゃこ和え 小松菜 白米 にんじん チリメン 醤油 三温糖 かつお節	③コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ ハム マヨネーズ ドレッシング	③ごぼうサラダ ごぼうサラダ	③ごまサラダ ごまサラダ にんじん コン 玉ねぎ	③青りんごゼリー 青りんごゼリー	③オクラサラダ オクラ シーチキン マヨネーズ 醤油	③揚げぎょうざ ぎょうざ 油	③切干大根のサラダ 切干大根 きゅうり にんじん 汐吹昆布 ごま油 醤油 白ごま	③キャベツのマヨ和え キャベツ マヨネーズ	③小松菜の中華風サラダ 小松菜 太もやし シーチキン コン 醤油 ごま油
	④	④さつまあげ ソーセージ 天 油	④みかん缶 みかん缶	④中華漬け きゅうり 酢 醤油 三温糖 塩 ごま油	④みかん缶 みかん缶	④さつまあげ さつまあげ 天 油	④チキンカツ チキンカツ 油	④ももゼリー ももゼリー	④煮付 やいば 醤油 みりん	④黄桃缶 黄桃缶	④ハムステーキ ハムステーキ
	⑤	⑤パイナップル パイナップル	⑤ごはん みかん缶	⑤とうもろこし 米 コン 塩	⑤とうもろこし 米 コン 塩	⑤ごはん 米	⑤りんご缶 りんご缶	⑤ごはん 米	⑤オレンジ オレンジ	⑤ごはん 米	⑤パイナップル パイナップル
	⑥	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米
	⑦	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米
	⑧	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米
	⑨	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米
	⑩	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米
ア レ ル ギ ー	①	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米	①ごはん 米
	②	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米	②ごはん 米
	③	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米	③ごはん 米
	④	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米	④ごはん 米
	⑤	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米	⑤ごはん 米
栄養価		エネルギー/たんぱく質/脂質 409kcal/12g/16g	エネルギー/たんぱく質/脂質 379kcal/13g/14g	エネルギー/たんぱく質/脂質 409kcal/10g/16g	エネルギー/たんぱく質/脂質 416kcal/11g/15g	エネルギー/たんぱく質/脂質 428kcal/10g/9g	エネルギー/たんぱく質/脂質 410kcal/12g/17g	エネルギー/たんぱく質/脂質 409kcal/15g/7g	エネルギー/たんぱく質/脂質 418kcal/12g/16g	エネルギー/たんぱく質/脂質 389kcal/13g/8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 383kcal/9g/11g

年長は遠足でお弁当		☆		☆		☆		☆		☆		
		10月16日(木) ③	10月17日(金) ①	10月20日(月) ①	10月21日(火) ①	10月22日(水) ①	10月23日(木) ②	10月24日(金) ①	10月28日(火) ②	10月29日(水) ①	10月30日(木) ①	10月31日(金) ①
献立名	①	他人丼	白身魚のオニオンソース	酢豚風肉団子	おでん	鶏の唐揚げ	ご飯	チキンナゲット	栗ご飯	カルビ風メンチカツ	クリーム煮	かぼちゃひき肉フライ
	②	三角香巻き	きのこスパゲティ	たまごサラダ	野菜コロッケ	和風サラダ	カツカレー	ソーテー	すき焼きフライ	ソース炒め	甘酢あえ	ほうれん草のソーテー
	③	ストロベリーゼリー	ポテトサラダ	りんご缶	ケチャップソデー	パイナップ缶	オレンジゼリー	ごま和え	ごま和え	煮浸し	みかん缶	五目豆
	④		コーンフライ	おかか和え	黄桃缶	煮付		煮付	チーズ	煮付	煮付	りんご缶
	⑤		みかん缶	ご飯	ご飯	ご飯		オレンジ	吸い物	黄桃缶	ご飯	ご飯
⑥		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
原 材 料	①	①他人丼 米 豚肉 玉ねぎ 玉子 細切りかまぼこ 青ねぎ 醤油 みりん 三温糖 だし 油	①白身魚のオニオンソース メノリ 塩 玉ねぎ にんにく 三温糖 酢 醤油 片栗粉 油	①酢豚風肉団子 鶏団子 ピーマン 玉ねぎ パイナップ缶 片栗粉 ケチャップ 酢 三温糖 油	①おでん 五目しんじょ じゃが芋 大根 ごぼう天 みりん 三温糖 中華だし 塩	①鶏の唐揚げ 鶏もも肉 たれ にんにく 片栗粉 油 キャベツ	①ご飯 米	①チキンナゲット チキンナゲット(卵乳不使用) ケチャップ 油	①栗ご飯 米 塩 栗の甘露 刻みのり	①カルビ風メンチカツ 塩だれカルビ風メンチカツ 油 栄養強化チーズ	①クリーム煮 鶏もも肉 にんじん 玉ねぎ しめじ 牛乳 コンソメ ホワイトルーフ コンソメ 塩 プロックリー	①かぼちゃひき肉フライ かぼちゃひき肉フライ 油
	②	②三角香巻き 香巻 油	②きのこスパゲティ スパゲティ しめじ 玉ねぎ 赤パプリカ 塩	②たまごサラダ たまごマカロニサラダ	②野菜コロッケ 野菜コロッケ 油	②和風サラダ わかめ えだまめ かニかまぼこ コンソメ ウスターソース トンカツ 油	②カツカレー 豚ミンチ 玉ねぎ カレー粉 ホワイトルーフ パモント ガーリック 三温糖 コンソメ ウスターソース トンカツ 油	②ソーテー じゃが芋 ベーコン カレー粉 醤油 油	②すき焼きフライ すき焼きフライ 油	②ソース炒め キャベツ 玉ねぎ にんじん ウスターソース 油	②甘酢あえ にんじん 大根 酢 三温糖 塩	②ほうれん草のソーテー ほうれん草 太もやし コーン にんじん 塩 油
	③	③ストロベリーゼリー ストロベリーゼリー	③ポテトサラダ ポテトサラダベース	③りんご缶 りんご缶	③ケチャップソデー 豚肉 玉ねぎ ケチャップ 油	③パイナップ缶 パイナップ缶	③オレンジゼリー オレンジゼリー	③ごま和え いんげん 白ごま 白ごま 醤油 三温糖	③ごま和え いんげん えのき 白ごま 醤油 カップ	③煮浸し 小松菜 白菜 にんじん うすあげ だし 醤油 三温糖 みりん	③煮浸し 小松菜 白菜 にんじん うすあげ だし 醤油 三温糖 みりん	③五目豆 大豆 うすあげ 大根 にんじん 昆布 みりん
	④		④コーンフライ コーンフライ 油	④おかか和え キャベツ 醤油 かつお節	④黄桃缶 黄桃缶	④煮付 南瓜 醤油 三温糖 みりん	④煮付 加賀揚げ 醤油 三温糖	④煮付 加賀揚げ 醤油 三温糖	④煮付 加賀揚げ 醤油 三温糖	④煮付 加賀揚げ 醤油 三温糖	④煮付 加賀揚げ 醤油 三温糖	④煮付 加賀揚げ 醤油 三温糖
	⑤	⑤みかん缶 みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶	⑤ごはん みかん缶
	⑥	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米	⑥ごはん 米
	⑦	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米	⑦ごはん 米
	⑧	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米	⑧ごはん 米
	⑨	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米	⑨ごはん 米
	⑩	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米	⑩ごはん 米
ア レ ル ギ ー	①	たまご抜き		焼売	△	アレルギー-用さつまあげ				ワインナー	-	卵・牛乳抜き
	②			アレルギー-用サラダ	-		チキンカツ	-	△	ベーコン抜き	-	
	③		アレルギー-用サラダ	-								
	④									アレルギー-用さつまあげ	-	
	⑤									ワインナー	-	
⑥									たまご抜き	-		
⑦												
⑧												
⑨												
⑩												
栄養価		エネルギー/たんぱく質/脂質 507kcal/17g/16g	エネルギー/たんぱく質/脂質 404kcal/12g/9g	エネルギー/たんぱく質/脂質 413kcal/9g/14g	エネルギー/たんぱく質/脂質 432kcal/10g/13g	エネルギー/たんぱく質/脂質 418kcal/14g/15g	エネルギー/たんぱく質/脂質 537kcal/14g/16g	エネルギー/たんぱく質/脂質 390kcal/9g/13g	エネルギー/たんぱく質/脂質 398kcal/9g/9g	エネルギー/たんぱく質/脂質 383kcal/9g/11g	エネルギー/たんぱく質/脂質 391kcal/15g/13g	エネルギー/たんぱく質/脂質 396kcal/10g/13g

※献立表の○と△は卵と乳製品が含まれていることを表示しております。△は微量の成分が含まれていることを意味します。