

令和 2 年度



10 月 予 定 献 立 表



高野保育園

日 曜	献 立 名	主 要 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
			主食	追加	10時	
1 木	白身魚の香味焼き 添え野菜 高野の含め煮 パイナップルサラダ	白身魚 生姜 葱 みりん 醤油 もやし 高野豆腐 人参 椎茸 蒲鉾 インゲン 煮干し 醤油 パイン缶 ハム ブロッコリー キャベツ 赤ピーマン マドレ	パン	牛乳	フルーツ	3上)上用調理 3未)饅頭
2 金	ミートローフ 添え野菜 さつま芋とりんごの重ね煮 おかか和え	合挽肉 玉葱 人参 コーン グリンピース チーズ 大豆 卵 パン粉 ブロッコリー さつま芋 りんご りんご缶 レーズン レモン汁 砂糖 キャベツ もやし インゲン ちくわ かつお節	飯	ワカメ	牛乳 Caせんべい	ヨーグルト
3 土	運 動 会					
5 月	鶏肉のマーマレード焼き 添え野菜 切干し大根煮 ポテトサラダ 牛乳	鶏もも肉 みりん 醤油 マーマレード もやし 切干大根 大豆 人参 平天 ひじき 葱 みりん 醤油 じゃが芋 ハム チーズ 人参 胡瓜 レーズン マドレ 牛乳	飯	菜	牛乳 ウエハース	ラーメン
6 火	巣ごもり卵 チンジャオロース 塩昆布和え	卵 玉葱 ほうれん草 ベーコン 豚肉 じゃが芋 ビーマン 筍 人参 オイスターソース 蒲鉾 キャベツ 青菜 もやし 塩昆布 醤油	めん	野菜	100%ジュース チーズ	焼き芋
7 水	きのこグラタン 煮豆 コールスローサラダ	マカロニ 鶏肉 (3上 上E) 玉葱 しめじ まいたけ マッシュルーム バタ 小麦粉 バター 牛乳 チーズ うずら豆 砂糖 キャベツ ツナ ブロッコリー 赤ピーマン コーン フレンチドレッシング	パン	牛乳	ゼリー	たぬきおにぎり
8 木	さんまのかり立田揚げ 添え野菜 みそ汁 大根サラダ フルーツ	さんま かり粉 片栗粉 醤油 キャベツ 豆腐 油揚げ 玉葱 なす えのき 葱 みそ 大根 ハム 水菜 人参 胡瓜 コーン 青じそドレッシング みかん	飯	ふりかけ	ヨーグルト	片栗粉 クッキー
※ 9 金	遠 足 ・ 卒 園 旅 行					
10 土	卵とじうどん フルーツ 牛乳	干めん 卵 鶏肉 蒲鉾 玉葱 椎茸 人参 みつば みりん 醤油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
12 月	鯖の西京焼き 添え野菜 ナポリタン ごま和え	鯖 白みそ みそ みりん 醤油 もやし 干スバゲティー ウイナー 玉葱 人参 ビーマン トマト缶 コンソメ ケチャップ 青菜 キャベツ 人参 蒲鉾 ごま 醤油	飯	ひじき	ヨーグルト	ごまドーナツ
13 火	マーボー豆腐 牛乳 煮干しカリント ナムル	豚挽肉 ニンニク 生姜 絹豆腐 人参 玉葱 椎茸 筍 チンゲンサイ みそ 醤油 牛乳 煮干し ごま 砂糖 ほうれん草 もやし 胡瓜 ハム 赤ピーマン ごま ごま油	パン	チーズ	100%ジュース 昆布	りんご
14 水	鶏肉の唐揚げ 添え野菜 フルーツ يونクリームスープ かみかみサラダ	鶏もも肉 ニンニク 生姜 酒 醤油 卵 小麦粉 片栗粉 油 キャベツ 筍 ベーコン 玉葱 じゃが芋 人参 コーン バタ コーンポタージュ ツナ 牛蒡 切干大根 胡瓜 赤ピーマン マドレ	飯	ゆかり	牛乳 ウエハース	あべかわ マカロニ
15 木	豆腐ステーキきのこあんかけ 筑前煮 しらす和え	豆腐 小麦粉 油 ベーコン しめじ まいたけ えのき ニろ 醤油 鶏肉 人参 牛蒡 レンコン 椎茸 こんにやく インゲン しらす キャベツ ブロッコリー 人参 ごま	めん	野菜	フルーツ	ピザトースト
16 金	すき焼き風煮 ちくわチーズ 酢のもの	牛肉 焼き豆腐 葱 玉葱 人参 椎茸 牛蒡 白菜 糸こんにやく 葱 砂糖 醤油 ちくわ 棒チーズ ワカメ 大根 胡瓜 蒲鉾 赤ピーマン ごま 酢 砂糖 醤油	パン	牛乳	ゼリー	いなり寿司 ※2日以内の入れ おにぎり
17 土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 平天 蒲鉾 キャベツ もやし 人参 コーン 葱 鶏ガラ コンソメ みりん 醤油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
19 月	豚肉のマヨドレ焼き 添え野菜 なすの揚げ煮 フレンチサラダ	豚ヒレ肉 醤油 みりん マドレ トマト なす 油 大根 葱 かつお節 めんつゆ 卵 ツナ キャベツ 胡瓜 人参 フレンチドレッシング	パン	牛乳	ヨーグルト	りんごのケーキ
20 火	鮭のちゃんちゃん焼き 里芋のそぼろ煮 きつね和え	鮭 キャベツ 玉葱 しめじ バター みそ 鶏ひき肉 里芋 人参 インゲン みりん 醤油 青菜 人参 えのき 油揚げ 醤油	めん	野菜	牛乳 Caせんべい	焼き栗 コロケ
21 水	さつま芋のキッシュ 牛乳 煮びたし スパゲッティーサラダ	卵 ウイナー 豆腐 さつま芋 玉葱 人参 ほうれん草 生クリーム ミックスチーズ 牛乳 豚肉 チンゲンサイ 人参 もやし 干スバゲティー ツナ 胡瓜 赤ピーマン レーズン マドレ	飯	しらす	100%ジュース(3上)ゼリー-ウエハース 干し芋	3未)ゼリー
22 木	栄養揚げ 添え野菜 昆布巻煮 たくあん和え	魚すり身 豆腐 玉葱 椎茸 人参 ひじき 葱 卵 片栗粉 油 もやし 昆布巻 めんつゆ 刻たくあん キャベツ 青菜 人参 かつお節 醤油	パン	牛乳	フルーツ	チーズ磯辺 クラッカー
23 金	鯖の塩焼き 添え野菜 フルーツ 春雨スープ 納豆和え	鯖 塩 レモン ブロッコリー りんご 春雨 鶏肉 玉葱 椎茸 コーン ニろ コンソメ 醤油 挽割納豆 ほうれん草 もやし 人参 かつお節 醤油	飯	きな粉	牛乳 ウエハース	黒糖蒸しパン
24 土	マーボー丼 フルーツ 牛乳	米 豆腐 豚ひき肉 ニンニク 生姜 玉葱 椎茸 人参 筍 葱 みそ バナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
26 月	鮭の中華煮し 添え野菜 牛乳 さつま芋の天ぷら 冷拌三条	鮭 生姜 白葱 酒 醤油 ごま油 キャベツ 牛乳 さつま芋 卵 小麦粉 油 春雨 ハム 卵 胡瓜 人参 みかん缶 ごま油 酢 砂糖 醤油	パン	チーズ	100%ジュース 小魚	ホリボソチ
◎ 27 火	ちらし寿司 焼きチキン南蛮外カルソース 清まし汁 おひたし ミニプリン	米 ちらしずしの素 卵 蒲鉾 椎茸 絹さや 鶏もも肉 小麦粉 オリーブ油 外カルソース 豆腐 生鮭 しめじ みつば 煮干し ほうれん草 白菜 人参 かつお節 醤油 ミニプリン	飯		ヨーグルト	ワッフル
28 水	厚揚げの炒り煮 たらこ人参 シーザーサラダ	厚揚げ 鶏肉 大根 人参 筍 椎茸 絹さや たらこ 人参 さつま芋 バター バター 砂糖 ベーコン 卵 チーズ キャベツ ブロッコリー 赤ピーマン シーザードレッシング	めん	野菜	牛乳 Caせんべい	秋の味覚 おにぎり
29 木	トンカツ 添え野菜 ベークドポテト 海藻サラダ	豚ヒレ肉 小麦粉 卵 パン粉 油 キャベツ じゃが芋 粉チーズ オリーブ油 牛乳 コンソメ 海藻ミックス 大根 胡瓜 人参 ツナ コーン 青じそドレッシング	パン	牛乳	フルーツ	にゅうめん
30 金	茶わん蒸し プルーン 回鍋肉 レモン風味和え	卵 鶏肉 蒲鉾 えのき みつば みりん 醤油 プルーン 豚肉 キャベツ 玉葱 赤ピーマン ビーマン みそ 大根 胡瓜 人参 レモン 醤油	飯	ふりかけ	牛乳 ウエハース	南瓜ケーキ
31 土	焼きうどん フルーツ 牛乳	干めん 豚肉 キャベツ 人参 もやし ビーマン 焼肉のタレ かつお粉 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい

◎ 27日(水) 誕生会です。3歳以上児はお着だけ用意してください。

※ 9日(水) 遠足に行きます。おかずの入ったお弁当・お茶を持ってきてください。

