

平成 29 年度



10 月 予 定 献 立 表



高野保育園

日 曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
			主食	追加	10時	
2 月	鶏肉のさっぱり煮 じゃが芋の金平 冷拌三糸	鶏肉 葱 生姜 レモン汁 酒 醤油 砂糖 なす 人参 メーク ちくわ ピーマン 赤ピーマン ごま 春雨 胡瓜 卵 ハム みかん缶 酢 醤油 ごま油	パン	牛乳	ヨーグルト	きのこおにぎり
3 火	さんまの香草焼き 添え野菜 スパゲティナポリタン 野菜の磯和え	さんま ニンニク パセリ 赤ピーマン オリーブ油 キャベツ スパゲティ ベーコン 玉葱 人参 ピーマン ケチャップ ほうれん草 胡瓜 もやし のり 醤油	めん	野菜	ゼリー	甘食
4 水	お月見バーグ 添え野菜 そうめん汁 大根サラダ 十五夜ゼリー	豚挽き肉 レンコン 玉葱 豆腐 パン粉 ゆで卵 ブロッコリー そうめん ワカメ 人参 月見かまぼこ みつば 大根 ツナ 胡瓜 りんご 赤ピーマン マヨレ 十五夜ゼリー	飯	ゆかり	牛乳 ウエハース	月見団子
5 木	とんかつ 添え野菜 牛乳 里芋の含め煮 コールスローサラダ	豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油 プチトマト 牛乳 里芋 油揚げ ちくわ 枝豆 砂糖 みりん 醤油 キャベツ コーン きゅうり 人参 鶏ささみ コールスローレッシング	パン	チーズ	バナナ	コーンマカロン
6 金	魚のピカタ 添え野菜 牛蒡と豚肉の煮物 おひたし	白身魚 小麦粉 卵 みそ パセリ ブロッコリー 豚肉 牛蒡 人参 インゲン 砂糖 みりん 醤油 白菜 胡瓜 かまぼこ かつお 醤油	飯	菜飯	100%ジュース まんてん大豆	りんご
7 土	運 動 会					
10 火	ミートローフ 添え野菜 ちくわきゅうり なますサラダ	合挽肉 大豆 人参 コーン グリンピース チーズ 卵 パン粉 プチトマト ちくわ 胡瓜 大根 人参 柿 レーズン 酢 砂糖 醤油	パン	牛乳	バナナ	ふかし芋
11 水	豚肉の生姜焼き 添え野菜 煮浸し ポテトサラダ 牛乳	豚肉 生姜 みりん 醤油 もやし チンゲン菜 厚揚げ 玉葱 赤ピーマン みりん 醤油 メーク 胡瓜 ツナ 人参 コーン マヨレ 牛乳	飯	ふりかけ	牛乳 ウエハース	ピザトースト
◎ 12 木	牛肉と牛蒡のご飯 すまし汁 ミゼリ 白身魚フライタルソース りんごのサラダ	米 牛肉 牛蒡 人参 絹さや 豆腐 生麩 しめじ みつば ミゼリ 白身魚 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ タルタルソース りんご ブロッコリー 胡瓜 コーン ハム	飯		ヨーグルト	シュークリーム
13 金	ポテトと鶏肉のオープン焼き 牛乳 高野の含め煮 キャベツとコーンのサラダ	鶏肉 メーク パセリ 醤油 バター 牛乳 高野豆腐 かまぼこ 椎茸 絹さや 砂糖 みりん 醤油 キャベツ コーン 大根 ワカメ ツナ 和風レッシング	パン	牛乳	100%ジュース かみかみ昆布	ほっぺた おっこち餅
14 土	ちゃんめん 牛乳 フルーツ	干中華めん 豚肉 イカ エビ 平天 キャベツ 人参 葱 鶏ガラ ごま油 しょうゆ コンソメ 牛乳 バナナ	めん		乳酸菌飲料 ビスケット	せんべい
16 月	さつま芋キッシュ 煮干しカリント 野菜の納豆和え	卵 ウインナー 豆腐 さつま芋 人参 ほうれん草 牛乳 生クリーム チーズ 煮干し ごま 砂糖 醤油 キャベツ 胡瓜 もやし 納豆 醤油	飯	ひじき	ヨーグルト	片栗粉 クッキー
※ 17 火	遠 足 ・ 卒 園 旅 行					
18 水	鮭のチーズ焼き 添え野菜 どさんこ汁 ヨーグルトサラダ プルーン	鮭 マヨレ コーンフレーク 粉チーズ パン粉 ブロッコリー 豚肉 ニンニク じゃが芋 人参 もやし コーン 豆腐 バター みそ バナナ りんご ミックスフルーツ チェリー ヨーグルト プルーン	飯	ゆかり	牛乳 ウエハース	かぼちゃケーキ
19 木	すき焼き煮 さつま芋天ぷら マカロニサラダ	牛肉 焼き豆腐 麩 白菜 玉葱 椎茸 人参 糸こんにやく 葱 さつま芋 卵 小麦粉 油 マカロニ 胡瓜 りんご ハム 人参 コーン マヨレ	パン	牛乳	バナナ	細巻き寿司
20 金	鶏肉の唐揚げ 添え野菜 牛乳 ひじきの炒め煮 おかか和え	鶏肉 ニンニク 生姜 酒 醤油 片栗粉 油 キャベツ 牛乳 ひじき 油揚げ 大豆 人参 糸こんにやく グリンピース ブロッコリー 胡瓜 かまぼこ かつお節	飯	梅ちり	100%ジュース 小魚	ゼリー
21 土	焼きうどん フルーツ 牛乳	干めん 豚肉 キャベツ 人参 ピーマン もやし 焼肉の外 かつお粉 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 ビスケット	せんべい
23 月	ベーコンエッグ 厚揚げの甘酢炒め 野菜のごま和え 牛乳	卵 ベーコン ほうれん草 コンソメ 厚揚げ ピーマン 玉葱 人参 砂糖 酢 醤油 片栗粉 大根 胡瓜 人参 ちくわ ごま 醤油 牛乳	パン	プルーン	ゼリー	にゅうめん
24 火	鮭の塩焼き 添え野菜 炒り鶏 パイナップルサラダ	鮭 塩 レモン もやし 鶏肉 レンコン こんにやく 人参 筍 椎茸 絹さや 醤油 パイン ブロッコリー 胡瓜 ハム レーズン 酢 醤油	飯	ワカメ	ヨーグルト	ミニパン
25 水	鶏肉のマーメレード焼き 添え野菜 たらこ人参 春雨サラダ	鶏肉 マーメレード 醤油 キャベツ たらこ さつま芋 人参 バター 砂糖 春雨 卵 ハム 胡瓜 みかん缶 玉葱 レーズン マヨレ	めん	野菜	牛乳 ウエハース	プリン
26 木	魚のカレー立揚げ 添え野菜 フルーツ チンゲン菜のミルクスープ ナムル	白身魚 カレー粉 酒 醤油 プチトマト 柿 チンゲン菜 肉団子 玉葱 人参 牛乳 ミルク クリームコーン キャベツ ほうれん草 もやし ハム ごま油	パン	チーズ	100%ジュース まんてん大豆	鶏ごぼう おにぎり
27 金	牛肉と野菜のオイスター炒め 煮卵 温野菜のヨーグルトディップ	牛肉 玉葱 トマト チンゲン菜 オイスターソース 酒 醤油 ごま油 片栗粉 卵 みりん 醤油 ブロッコリー 南瓜 人参 ヨーグルト マヨレ みそ ごま	飯	しらす	バナナ	栗コロッケ
28 土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 里芋 牛蒡 大根 人参 葱 みりん 醤油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 ビスケット	せんべい
30 月	ポークチャップ 煮豆 かみかみサラダ	豚肉 パイナップル 玉葱 ケチャップ ソース うずら豆 砂糖 塩 切干し大根 スルメ 胡瓜 人参 コーン ごま マヨレ 醤油	パン	牛乳	ヨーグルト	高野豆腐の かりんとう
31 火	茶わん蒸し サバのみそ煮 パンプキンサラダ フルーツ	卵 鶏肉 かまぼこ うどん 椎茸 みつば みりん 醤油 鯖 生姜 大根 みそ みりん 南瓜 インゲン パイン ハム チーズ レーズン マヨレ みかん	飯	ふりかけ	牛乳 ウエハース	フルーツサンド

◎ 12日(木) 誕生会です。3歳以上児はお箸だけ用意してください。

※ 17日(火) 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。

美味しく 楽しく 実りの秋

実りの秋・食欲の秋です。
芋やきのこ、果物に新米…子供たちの食欲も増える時期です。
旬を味わうことは、子供の味覚形成にとっても重要なことです。
食卓の旬の食べ物を話題に、美味しく楽しい時間が過ごせるといいですね♪

