



10月の献立



日	献立名	材料(内容成分)
1 土		
2 日		
3 月	御飯 豚肉のBQ風照り焼き フライドポテト 野菜サラダ 五目ひじき	米飯 豚肉・ケチャップ・ウスターソース・砂糖・大豆白絞油。 じゃが芋・塩・大豆白絞油。 キャベツ・きゅうり・ピーマン・ハム(乳卵)・サウザンドドレッシング(植物油・酢・ブドウ糖果糖液糖・トマトケチャップ・ピクルス・レモン・塩・卵黄・ウスターソース) ひじき・油揚げ・人参・大豆・枝豆むきみ・鰹昆だし・醤油・砂糖・味酢。
4 火	御飯 5種魚介ナゲット 焼きビーフン ポトフ 玉子ロール	米飯 魚肉(太刀魚・イカ・あじ・鰯・たら)オニオンソテー・プリ中青・砂糖・澱粉・ラード・生鮭・昆布エキス・小麦粉・大豆粉・塩・大豆白絞油。 ビーフン・玉葱・ツナ・人参・ニラ・鶏がらスープ・醤油・塩・胡椒・大豆白絞油 キャベツ・じゃが芋・枝豆・玉葱・ウインナー(乳卵未使用)・コンソメ(乳鶏小麦)・塩・胡椒。 鶏卵・加工澱粉・砂糖・米粉・酢・塩・大豆油
5 水	親子丼 けんちん汁 肴りんごゼリー	米飯・鶏卵・玉葱・干し椎茸・グリーンピース・人参・鶏肉・鰹昆だし・醤油・砂糖・味酢 豆腐・干し椎茸・ごぼう・人参・里芋・ネギ・大根・鶏肉・鰹昆だし・醤油・味酢。 ぶどう糖果糖液糖・水飴・アップルピューレ・りんご果汁。
6 木	おにぎり(菜・昆布) のり乗せおにぎりチキン ナポリタン ポテトサラダ りんご	米飯・青菜(広島菜・京菜・大根菜)砂糖・塩・昆布エキス・粉末味噌・削り節・昆布・海苔 鶏肉・鰹皮・大豆たんぱく・パン粉・生姜・醤油・澱粉・砂糖・塩・海苔・大豆白絞油。 スパゲティ・玉葱・ウインナー(乳卵未使用)・ピーマン・人参・ケチャップ・塩・胡椒・大豆白絞油 じゃが芋・マヨネーズ(大豆)・玉葱・人参・砂糖・食塩・水飴・醸造酢・卵黄・香辛料・りんご
7 金	運動会準備	
8 土	運動会	
9 日		
10 月	スポーツの日	
11 火	振替休日	
12 水	御飯 焼き栗クロquette 焼きそば 鶏肉と大根の煮物 トマトごま	米飯 じゃが芋・栗・さつまいも・植物油・パン粉・澱粉・小麦粉・水飴・大豆白絞油 中華煮し種(小麦粉・植物油・塩・かんすい・くちなし色素)お好み焼きソース(砂糖液糖・塩・カツオエキス・加工澱粉・カラメル色素)粉末ソース(砂糖・塩・小麦・大豆・りんご・野菜パウダー・豚肉含む)植物油(大豆)・キャベツ・人参・もやし・豚肉・オイスターソース(魚介エキス・砂糖・かき・水あめ・塩・酒粕・加工澱粉) 鶏肉・大根・人参・コンニャク・干し椎茸・絹さや・鰹昆だし・醤油・砂糖・味酢。 魚肉・水飴・澱粉・トマト・ほうれん草・塩・植物油。
13 木	御飯 白身フライ 豚肉とレンコンの炒め物 ナムル風 フルーツカクテル	米飯 パン粉・小麦粉・澱粉・塩・タラ・大豆白絞油。 豚肉・玉葱・レンコン・ニラ・白炒りごま・ごま油・醤油・砂糖・塩・胡椒。 ほうれん草・人参・もやし・鶏がらスープ・生姜・塩・胡椒・ごま・ごま油。 黄もも・洋ナシ・パインアップル・ぶどう・さくらんぼ・砂糖。
14 金	ハヤシライス 花野菜サラダ プリン	米飯・牛肉・玉葱・人参・マッシュルーム・グリーンピース・ハヤシブレイク(小麦粉・豚脂・砂糖・塩・トマトパウダー・澱粉・油・トマトパウダー風) ブロッコリー・カリフラワー・ハム(乳卵)・竹輪(魚・卵白)・とうもろこし・サウザンドドレッシング(植物油・酢(りんご))・砂糖・トマトケチャップ・ピクルス・塩・卵黄・ウスターソース・乾燥ピーマン) ぶどう糖果糖液糖・果糖練乳・カラメルソース・ホイップクリーム・鶏卵・脱脂粉乳。
15 土		
16 日		



日	献立名	材料(内容成分)
17 月	親子丼 真だくさん味噌汁 ストロベリーゼリー	米飯・鶏卵・玉葱・干し椎茸・グリーンピース・人参・鶏肉・鰹昆だし・醤油・砂糖・味酢 大根・人参・豆腐・里芋・ネギ・わかめ・鰹昆だし・味。 ぶどう糖果糖液糖・水飴・ストロベリーピューレ。
18 火	御飯 さわら大葉フライ 鶏肉と里芋のこってり煮 炒り豆腐 いちご杏仁豆腐	米飯 さわら・しそ・パン粉・小麦粉・植物油・塩・澱粉・乳化剤・大豆白絞油。 鶏肉・里芋・コンニャク・人参・干し椎茸・グリーンピース・鰹昆だし・醤油・砂糖・味酢・塩・大豆白絞油 豆腐・青野豆腐・人参・ツナ・キクラゲ・枝豆・鰹昆だし・醤油・砂糖・味酢・大豆白絞油 果糖ぶどう糖液糖・砂糖・植物油・寒天・乳蛋白・ホエイパウダー・ストロベリーフレーバー。
19 水	中華飯 わかめスープ 三角春巻き	米飯・白菜・玉葱・人参・ピーマン・竹の子・豚肉・中華スープ・砂糖・醤油・味酢・澱粉 わかめ・玉葱・とうもろこし・カニカマ(カニ・卵白)・鶏がらスープ(小麦)・塩・胡椒。 キャベツ・玉葱・じゃが芋・人参・にら・鶏がらスープ・春巻・植物油・塩・ごま油・砂糖・胡椒・小麦粉・澱粉・大豆・大豆白絞油
20 木	御飯 豆腐野菜ハンバーグ マカロニカレーソテー コールスローサラダ たこさんウインナー	米飯 鶏肉・植物性たんぱく・玉葱・豆腐・人参・枝豆・マッシュポテト・おろし生姜・サバエキス。 マカロニ・ウインナー(乳卵未使用)・枝豆・玉葱・コンソメ(乳鶏小麦)・カレー粉・パセリ粉・大豆白絞油。 ハム(乳卵)・キャベツ・人参・とうもろこし・フレンチドレッシング(酢・ブドウ糖果糖液糖・植物油・塩・加工澱粉・オニオンエキス・アミノ酸・卵黄・香辛料) 鶏肉・豚肉・豚脂肪・鰹粉・植物油・卵粉・砂糖・食塩・酵母エキス・香辛料・おろしんにんにく・(大豆・牛肉含む)。
21 金	御飯 ツナカレー 鶏の唐揚げ ごぼうサラダ	米飯 ツナ・じゃが芋・人参・玉葱・カレールー(豚脂・小麦粉・砂糖・塩・澱粉・カレーパウダー・香辛料・脱脂粉乳・トマトパウダー・チーズ・バナナペースト・はちみつ・ポークエキス・ごまペースト・粉乳加工品・ココア・りんごペースト・大豆鶏肉含む) 鶏肉・醤油・大豆たんぱく・にんにく・塩・生姜・チキンエキス・胡椒・澱粉・小麦粉・鶏卵・大豆白絞油 ごぼう・とうもろこし・枝豆・人参・ごまドレッシング(植物油・鶏粉・酢・醤油・ごま・塩・卵黄)。
22 土		
23 日		
24 月	鮭わかめ御飯 豚肉の生姜焼き ジャーマンポテト 鉄前煮 杏仁フルーツ	米飯・わかめ・鮭・食塩・ごま・小麦粉・エキス(糖・酵母)・チキストリン・植物性たんぱく・還元水飴・香味油・砂糖・イースト・加工澱粉・大豆 豚肉・生姜・醤油・味酢・大豆白絞油。 じゃが芋・ウインナー(乳卵無し)・玉葱・枝豆・塩・胡椒。 鶏肉・里芋・ごぼう・レンコン・人参・コンニャク・干し椎茸・絹さや・鰹昆だし・醤油・砂糖・味酢 砂糖・果糖・寒天・脱脂粉乳・植物油・乳化剤・香料・バイン。
25 火	御飯 魚の南部焼き 花型和風オムレツ 肉じゃが ごま和え	米飯 あじ・白ごま・黒ごま・醤油・味酢・生薬。 鶏卵・かまぼこ(魚肉・卵)・澱粉・ネギ・砂糖・醤油・小麦大豆含む 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・コンニャク・絹さや・醤油・砂糖・味酢・大豆白絞油 キャベツ・人参・きゅうり・油揚げ・醤油・砂糖・ごま
26 水	御飯 エビフライ スパソテー さつまいもサラダ ミニゼリー	米飯 海老・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・澱粉・砂糖・食塩・大豆白絞油。 スパゲティ・玉葱・ベーコン(乳卵)・ほうれん草・コンソメ(乳鶏小麦)・塩・胡椒・大豆白絞油。 さつまいも・りんご・レーズン・マヨネーズ 異性化液糖・濃縮果汁(アップル・バイン・オレンジ・グレープ・ピーチ)砂糖・香料
27 木	御飯 カレー カニクリームクロquette 薔しそサラダ	米飯 豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・カレールー(豚脂・小麦粉・砂糖・塩・澱粉・カレーパウダー・香辛料・脱脂粉乳・トマトパウダー・チーズ・バナナペースト・はちみつ・ポークエキス・ごまペースト・粉乳加工品・ココア・りんごペースト・大豆鶏肉含む) 小麦粉・牛乳・ショートニング・卵白・砂糖・脱脂粉乳・カニ・ゼラチン・食塩・植物性タンパク・フィオン・海老・パン粉・脱脂粉乳・(大豆・鶏肉)・大豆白絞油。 キャベツ・人参・とうもろこし・薔しそドレッシング(酢・ブドウ糖果糖液糖・醤油・鶏卵エキス・塩・昆布だし・塩蔵菊しそ・小麦大豆含む)
28 金		
29 土		
30 日		
31 月	御飯 かぼちゃグラタン ボイル野菜 焼売/ハロウィンかまぼこ ショコラブチーキー	米飯 生乳・かぼちゃ・マカロニ・チーズ・なたね油・小麦粉・砂糖・食塩・チキンブイヨン・バター・パセリ・豚肉含む。 ブロッコリー・カリフラワー・鶏がらスープ・塩。 玉葱・キャベツ・大豆たんぱく・豚脂・鶏肉・豚肉・豚肉・パン粉(乳)・マーガリン・バター・脱脂粉乳・牛乳・オイスターソース・カニエキス・醤油・ごま油・小麦粉/鶏粉(魚肉・澱粉・卵白・イカ・小麦・大豆)。 小麦粉・チョコレートペースト(砂糖・水飴・オリゴ糖・植物油・カカオマス他)・鶏卵・卵白粉・ココアパウダー・大豆。



★10月8日(土)の運動会が順延になった場合は、15日(土)に運動会を行う予定です。
その場合は、14日、17日の給食はありません。