

10月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー: ★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年9月27日 (月)	令和3年9月28日 (火)	令和3年9月29日 (水)	令和3年9月30日 (木)	令和3年10月1日 (金)	令和3年10月2日 (土)
朝 間 食					牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼 食					二色おにぎり 精白米 鮭フレーク いりごま 精白米 混ぜ込みわかめ ハンバーグ 豚ミンチ たまねぎ 木綿豆腐 片栗粉 食塩 顆粒洋風だし トマトケチャップ マカロニサラダ マカロニ(乾) キャベツ にんじん きゅうり 食塩 マヨドレ コーンスープ クリームコーン缶 たまねぎ 調整豆乳 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉 バナナ バナナ	ゆかりおにぎり 精白米 ゆかり いりごま 豚汁 豚もも(脂身なし) たまねぎ にんじん(皮むき, 生) 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼 間 食					牛乳(午後) 普通牛乳 アメリカンドック ウインナーソーセージ ホットケーキミックス 調整豆乳 サラダ油	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

10月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年10月4日 (月)	令和3年10月5日 (火)	令和3年10月6日 (水)	令和3年10月7日 (木)	令和3年10月8日 (金)	令和3年10月9日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼 食	豚丼 精白米 豚もも にんじん たまねぎ キャベツ ぶなしめじ いんげん しょうが(おろし) おろしにんにく かつおだし 砂糖 本みりん こいくちしようゆ いりごま 小松菜の磯辺和え こまつな えのきたけ 焼きのり(きざみ海苔) こいくちしようゆ 本みりん 油揚げのみそ汁 油揚げ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 鯖のカレー風味焼き まさば 料理酒 食塩 カレー粉 ほうれんそうサラダ ほうれんそう にんじん スイートコーン マヨドレ 食塩 けんちん汁 木綿豆腐 だいこん にんじん 焼き竹輪 ごぼう 青ネギ かつおだし うすくちしようゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 豆腐入り松風焼き 鶏ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ 根深ねぎ 米みそ 砂糖 ほうれんそうサラダ ほうれんそう にんじん スイートコーン マヨドレ 食塩 小松菜のおかか和え 木綿豆腐 だいこん にんじん 焼き竹輪 ごぼう 青ネギ かつおだし うすくちしようゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 ツナコロッケ 鶏ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ 根深ねぎ 米みそ 砂糖 玄米フレーク 片栗粉 トマトケチャップ ブロッコリー ¹ 小松菜のおかか和え 木綿豆腐 だいこん にんじん 焼き竹輪 ごぼう 青ネギ かつお節 青ネギ かつおだし うすくちしようゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 鮭フライ べにざけ 食塩 片栗粉 サラダ油 玄米フレーク 片栗粉 トマトケチャップ ブロッコリー ¹ チキンスープ 鶏もも はくさい にんじん 生しいたけ ぶなしめじ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしようゆ 本みりん 食塩	塩昆布おにぎり 精白米 塩昆布 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼 間 食	牛乳(午後) 普通牛乳 スイートポテト さつまいも 砂糖 調整豆乳 くろごま(いり) サラダ油	ほうじ茶 ほうじ茶 ピラフおにぎり 精白米 ピーマン たまねぎ にんじん 鶏ミンチ 顆粒洋風だし	牛乳(午後) 普通牛乳 ココアパンケーキ ホットケーキミックス 砂糖 調整豆乳 サラダ油 ピュアココア	ほうじ茶 ほうじ茶 焼きビーフン ビーフン 豚もも たまねぎ にんじん ピーマン 食塩 こいくちしようゆ ごま油	牛乳(午後) 普通牛乳 ポップコーン ポップコーン サラダ油 食塩 あおさ	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

10月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー: ★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年10月11日 (月)	令和3年10月12日 (火)	令和3年10月13日 (水)	令和3年10月14日 (木)	令和3年10月15日 (金)	令和3年10月16日 (土)
朝食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鶏のごま照り焼き 鶏もも 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん おろしにんにく いりごま 白菜のコールスローサラダ はくさい きゅうり かに風かまぼこ 食塩 マヨドレ	ごはん 精白米 キャベツと豚肉の味噌炒め 豚もも キャベツ 赤ピーマン 青ネギ たまねぎ にんじん おろしにんにく いりごま さつまいものみそ汁 さつまいも たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 鯖のしょうが煮 まさば しょうが 水 砂糖 本みりん こいくちしょうゆ ほうれんそうのごま和え ほうれんそう にんじん いりごま こいくちしょうゆ 本みりん えのきのみそ汁 えのきだけ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 鶏のから揚げ 鶏もも 料理酒 おろししょうが おろしにんにく こいくちしょうゆ ごま油 片栗粉 サラダ油 キャベツのゆかり和え キャベツ にんじん 焼き竹輪 ゆかり ひじきのみそ汁 ほしひじき(乾) たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	三色丼(小) 精白米 鮭フレーク スイートコーン いんげん わかめラーメン 中華めん(ゆで) 豚もも カットわかめ にんじん もやし 根深ねぎ 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 食塩 ごま油 プロッコリーのおかか和え プロッコリー	ゆかりおにぎり 精白米 ゆかり いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼食	さつまいものみそ汁 さつまいも たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	わかめときゅうりの酢の物 きゅうり カットわかめ スイートコーン 砂糖 穀物酢 食塩	豆腐のすまし汁 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩			
昼食	牛乳(午後) 普通牛乳 カリカリピザ ぎょうざの皮 トマトケチャップ ウインナーソーセージ たまねぎ ピーマン スイートコーン	ほうじ茶 ほうじ茶 焼きおにぎり 精白米 こいくちしょうゆ かつお節 ごま油 いりごま	牛乳(午後) 普通牛乳 ツナマヨトースト フランスパン まぐろ油漬缶 たまねぎ マヨドレ 食塩 パセリ粉	牛乳(午後) 普通牛乳 抹茶スコーン ホットケーキミックス 木綿豆腐 ケーキシロップ 豆乳ホイップ 抹茶	牛乳(午後) 普通牛乳 シリアルバー マシュマロ 玄米フレーク レーズン サラダ油	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

10月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年10月18日 (月)	令和3年10月19日 (火)	令和3年10月20日 (水)	令和3年10月21日 (木)	令和3年10月22日 (金)	令和3年10月23日 (土)
朝食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鰯の照り焼き さわら こいくちしょうゆ 料理酒 本みりん 砂糖 ひじきと大豆の磯煮 ほしひじき(乾) にんじん 水煮大豆 油揚げ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 食塩 かぼちゃのみぞ汁 日本かぼちゃ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし 米みそ	2種のきのこカレー 精白米 和牛もも たまねぎ にんじん ぶなしめじ まいたけ サラダ油 食塩 顆粒洋風だし トマトケチャップ こいくちしょうゆ おろしにんにく おろししょうが カレールウ コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン マヨドレ 食塩 バナナ バナナ	ごはん 精白米 鶏肉のトマト煮 鶏もも おろしにんにく たまねぎ にんじん はくさい ピーマン ぶなしめじ ホールトマト トマトケチャップ 水 顆粒洋風だし 砂糖 食塩 オリーブ油 ほうれんそうのおかか和え ほうれんそう にんじん 焼き竹輪 かつお節 こいくちしょうゆ みりん ポタージュスープ じゃがいも たまねぎ 調整豆乳 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	中華丼 精白米 豚もも たまねぎ にんじん はくさい 生しいたけ 顆粒中華だし うすくちしょうゆ 食塩 片栗粉 三色ナムル 豆もやし きゅうり にんじん 顆粒中華だし ごま油 わかめスープ たまねぎ カットわかめ スイートコーン 顆粒中華だし 食塩 いりごま	ガーリックトースト フランスパン オリーブ油 おろしにんにく 食塩 パセリ粉 和風スパゲティ スパゲッティ(乾) サラダ油 おろしにんにく ワインソーセージ たまねぎ にんじん ぶなしめじ ほうれんそう 食塩 料理酒 こいくちしょうゆ 焼きのり(さざみ海苔) オニオンスープ たまねぎ スイートコーン 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	塩昆布おにぎり 精白米 塩昆布 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼食	牛乳(午後) 普通牛乳 チキンナゲット 鶏ミンチ 木綿豆腐 片栗粉 食塩 サラダ油 トマトケチャップ	牛乳(午後) 普通牛乳 オレンジゼリー オレンジジュース(濃縮還元) 水 砂糖 粉寒天	牛乳(午後) 普通牛乳 きな粉ドーナツ ホットケーキミックス 絹ごし豆腐 砂糖 サラダ油 きな粉 砂糖	ほうじ茶 ほうじ茶 ヨーグルト寒天 豆乳ヨーグルト 水 砂糖 粉寒天 いちごジャム(高糖度)	ほうじ茶 ほうじ茶 鶏ごぼうおにぎり 精白米 鶏ミンチ にんじん ごぼう ひじき しょうゆ みりん かつおだし 食塩	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー

10月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

	令和3年10月25日 (月)	令和3年10月26日 (火)	令和3年10月27日 (水)	令和3年10月28日 (木)	令和3年10月29日 (金)	令和3年10月30日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク 玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ギンビスアスパラガス
昼 食	ごはん 精白米 鮭の味噌マヨ焼き べにざけ 米みそ 食塩 マヨドレ 砂糖 れんこんの和風サラダ れんこん にんじん きゅうり いりごま 穀物酢 こいくちしようゆ 砂糖 ごま油 しめじのすまし汁 ぶなしめじ たまねぎ にんじん 青ネギ かつおだし うすくちしようゆ 本みりん 食塩	わかめごはん 精白米 混ぜ込みわかめ 筑前煮 鶏もも(皮なし) だいこん(根、皮むき、生) にんじん(皮むき、生) ごぼう グリンピース 焼き竹輪 サラダ油 かつおだし 砂糖 こいくちしようゆ 本みりん さつまいもサラダ さつまいも まぐろ油漬缶 いんげんまめ(乾) マヨドレ 食塩 もやしのみそ汁 もやし たまねぎ にんじん(皮むき、生) 青ネギ かつおだし 米みそ	ごはん 精白米 ポークピーンズ 豚もも 水煮大豆 たまねぎ にんじん じゃがいも ホールトマト トマトケチャップ ウスターソース 砂糖 パセリ粉 キャベツのさっぱり和え キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 こいくちしようゆ 砂糖 食塩 コンソメスープ(ブロッコリー) ブロッコリー たまねぎ スイートコーン 顆粒洋風だし 食塩	ごはん 精白米 油淋鶏 鶏もも しょうが(おろし) 料理酒 片栗粉 サラダ油 根深ねぎ 砂糖 こいくちしようゆ 穀物酢 ごま油 水 白菜の塩昆布和え はくさい にんじん きゅうり 穀物酢 こいくちしようゆ 砂糖 食塩 中華スープ(だいこん) だいこん にんじん たまねぎ 顆粒中華だし 食塩 いりごま	ケチャップライス 精白米 ウインナーソーセージ たまねぎ グリンピース にんじん 顆粒洋風だし 食塩 トマトケチャップ ブロッコリー ミートローフ(きのこソースかけ) 豚ミンチ たまねぎ 木綿豆腐 片栗粉 食塩 顆粒洋風だし ぶなしめじ えのきたけ 砂糖 こいくちしようゆ サラダ油 水 片栗粉 コーンスープ クリームコーン缶 たまねぎ 調整豆乳 顆粒洋風だし 食塩 パセリ粉	ゆかりおにぎり 精白米 ゆかり いりごま 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ バナナ バナナ
昼 間 食	牛乳(午後) 普通牛乳 スマア マシュマロ リップ	ほうじ茶 ほうじ茶 フルーツヨーグルト 豆乳ヨーグルト 砂糖 みかん缶 パインアップル缶 りんご バナナ	ほうじ茶 ほうじ茶 ちくわの磯辯揚げ 焼き竹輪 薄力粉(1等) 水 食塩 あおのり サラダ油	ほうじ茶 ほうじ茶 ふりかけおにぎり(サケ) 精白米 鮭ふりかけ	牛乳(午後) 普通牛乳 ハロウィンクッキー ホットケーキミックス サラダ油 砂糖 調整豆乳 ピュアココア 日本かぼちゃ	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー たべっこベイビー