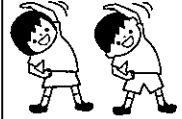



# ★ 10月 ひよこ・かえで 献立表 ★

火	2 水	3 木	4 金	5 土	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	14 月	15 火
<p>■ごはん 米 ■鶏肉のポン酢炒め とりにく たまねぎ にんじん ポンス しお ■キャノーラ油 ■ブロッコリーの和え物 フロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる さとう ■わかめ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉のトマト煮 ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ブイヨン さとう ■キャノーラ油 ■オクラのツナ和え おくら にんじん ツナ水煮 濃口しょうゆ ■みそしる はくさい か ■青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■みそうどん うどん とりにく たまねぎ にんじん えのき 青ねぎ みそ 削り昆布 だし昆布 みりん風 ■金平ごぼう ごぼう にんじん 濃口しょうゆ さとう 白</p>	<p>■ドライカレー 米 ■鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお カレー粉 パセリ缶 ■スパゲティ にんじん きマヨネーズ ■スープ きマヨネーズ ■キャベツ ブイヨン しお</p>	<p>■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■小松菜の和え物 小松菜 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■わかめ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■たららの煮付け たらら しょうゆ 濃口しょうゆ ■炒めなます さとう 切干だいこん にんじん きぬさ ■穀物酢 濃口しょうゆ ■すりおろし さとう ■きぬさ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ひじき煮 にんじん あけ ■すりおろし みそ みそしる ■わかめ みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■白 みそ みそしる ■わかめ みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	<p>■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■野菜炒め ぶたにく にんじん ピーマン キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ</p>	<p>■ポークカレー 米 ぶたにく たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 ブイヨン ■コーン ■コーンサラダ コーン たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる か わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<h2 style="writing-mode: vertical-rl;">スポーツの日</h2> 	<p>■ごはん 米 ■豚肉と豆の甘辛煮 ぶたにく たまねぎ にんじん 系こんにやく さとう 濃口しょうゆ ■インゲンのおかか和え さいやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう 削り昆布 みそ はくさい あけ ■わかめ みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	
<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>
<p>■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■高野豆腐のココアトースト 高野豆腐 さとう ココア にんじん ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	
<p>■菜ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく たまねぎ にんじん ピーマン キャノーラ油 ケチャップ ブイヨン さとう ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり だいこん ■穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■すまし汁 さとう みりん風 しお だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ナポリタン スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ ブイヨン さとう ■キャノーラ油 ■ミニポトフ だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお</p>	<p>■キーマカレー 米 ■鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さいやいんげん キャノーラ油 カレー粉 ブイヨン さとう ■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー たまねぎ ツナ水煮 マヨネーズ</p>	<p>■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ ■キャノーラ油 ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 濃口しょうゆ ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー フロッコリー だいこん ごま油 ■穀物酢 濃口しょうゆ ■中華スープ わかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の塩焼き さば ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさ 削りぶし さとう 濃口しょうゆ ■だし昆布 削りぶし だいこん ■わかめ みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 系こんにやく 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる あけ ■わかめ みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ さとう 削りかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお 大根サラダ だいこん ■だし昆布 削りぶし 濃口しょうゆ ■みそしる さとう ■すまし汁 さとう みそしる みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	<p>■やしそば 中華めん ぶたにく きやべつ きぬさ ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 きやべつ だいこん にんじん あけ ■わかめ みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	<p>■チキンカツカレー 米 じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 ブイヨン しお だいご かたくり粉 こめ粉 ■キャノーラ油 ■コーンスローサラダ きやべつ にんじん コーン マヨネーズ</p>	<h2 style="writing-mode: vertical-rl;">お弁当日</h2> 	<p>■豚肉の生焼き丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう しょうが みそ 濃口しょうゆ さとう ■さいやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる か わかめ 青ねぎ みそ みそだし昆布 削りぶし</p>	<p>■わかめうどん うどん とりにく わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう 白</p>	<p>■★ハロウィン献立★ ■炊き込みピラフ 米 ツナ水煮 ブイヨン しお にんじん コーン たまねぎ マーガリン ■パセリ缶 とうふハンバーグ ケチャップ ■マカロニ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ ■コンソメスープ ブロッコリー にんじん ブイヨン しお</p>
<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>
<p>■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ボンマシマロ ほん業子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■かぼちゃクッキー こめ粉 ベーキングパウダー かぼちゃ マーガリン さとう キャノーラ油 ■牛乳 牛乳</p>