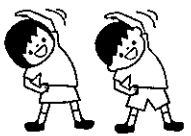



★ 10月 うめ・さくら・もも 献立表 ★

	2 水	3 木	4 金	5 土	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	14 月	15 火	
火	<ul style="list-style-type: none"> ■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 ■プロッコリーの和え物 プロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる わかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉のトマト煮 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん プロッコリー トマト缶 パイオン さとう キャノーラ油 ■オクラのツナ和え オクラ にんじん ツナ水煮 濃口しょうゆ みそしる はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■みそうどん うどん とりにく はくさい にんじん えのき 青ねぎ みそ 削り昆布 だし昆布 みりん ■金平ごぼう ごぼう ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま 	<ul style="list-style-type: none"> ■ドライカレー 米 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 パイオン缶 パセリ ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん マヨネーズ しお ■スープ キャベツ コーン しお 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 ■昆布だし 昆布 しお ■小松菜の和え物 小松菜 ごま油 濃口しょうゆ みそしる ふかめ わかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■たら煮付け たら しょうが 濃口しょうゆ さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 ■穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる あぶらあげ みそ あぶら みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 ひじき にんじん あぶら きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■すまし汁 とうふ 青ねぎ 淡口しょうゆ みりん 風布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 白ごま ■みそしる はくさい わかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう ■野菜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 緑豆 みそ さやいんげん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 パイオン ■コーンサラダ コーン たまねぎ きぬさや マヨネーズ 	<h2 style="font-size: 2em;">スポーツの日</h2> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉と玉ねぎの甘辛煮 ぶたにく たまねぎ たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さとう 濃口しょうゆ ■インゲンのおかか和え インゲン おかか にんじん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる あぶら みそ みそ だし昆布 削りぶし 	
3時	<ul style="list-style-type: none"> ■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 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■高野豆腐のココアトースト 高野豆腐 さとう ココア とうりゆう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 	
16 水	<ul style="list-style-type: none"> ■薬ごはん 米 マロン だし昆布 しお ■さわらの西京焼き さわら しお 甘みそ さとう ■春雨の酢の物 はるさめ きぬさや にんじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■すまし汁 とうふ こまつな 淡口しょうゆ みりん 風しお だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ナポリタン スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう パイオン しお キャノーラ油 ■ミニボトフ だいこん プロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ ■ウインナー パイオン しお 	<ul style="list-style-type: none"> ■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレー粉 パイオン ■プロッコリーのサラダ プロッコリー たまねぎ ツナ水煮 マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ しお ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 とうふ にんじん きぬさや 削りぶし さとう しお 濃口しょうゆ ■プロッコリーの中華和え プロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鯖の塩焼き 鯖 さば しお ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 とうふ にんじん 糸こんにゃく 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 あぶら あぶら わかめ みそ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ たまねぎ にんじん 糸こんにゃく 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 あぶら あぶら わかめ みそ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 こめ粉 油 ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■みそしる こまつな ふ みそ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■やきそば 中華めん ぶたにく きぬさや たまねぎ にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■臭だくさん味噌汁 臭だくさん 味噌 さつま芋 だいこん にんじん あぶら あぶら みそ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 パイオン とりにく しお だいご菜 かたくり粉 こめ粉 キャノーラ油 ■コールスローサラダ きんぴら にんじん コーン マヨネーズ 	<h2 style="font-size: 2em;">お弁当日</h2> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鯖の塩焼き 鯖 さば しお ■がんと煮 がんと にんじん きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 さとう 淡口しょうゆ みりん 風 ■金平ごぼう ごぼう ごま油 濃口しょうゆ 白ごま 	<ul style="list-style-type: none"> ■☆ハロウィン献立☆ 炊き込みピラフ 米 ツナ水煮 パイオン しお にんじん コーン たまねぎ マーガリン ■豆腐ハンバーグ 豆腐 ハンバーグ ケチャップ ■マカロニサラダ マカロニ きぬさや みそ マヨネーズ ■コンソメスープ コンソメ プロッコリー にんじん パイオン しお
17 木	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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
18 金	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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
19 土	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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
21 月	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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
22 火	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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
23 水	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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
24 木	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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
25 金	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポシマシマロ ぼん菓子 マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■			