

週間献立表

かつしか風の保育園(一般) (数字は総使用量)

時期	2018/10/1-22 月	2018/10/15-29 月	2018/10/2-16 火	2018/10/3-17 水	2018/10/4-18 木	2018/10/5-19 金	H30.10.6 土
午前 おやつ	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味	【牛乳 60】 牛乳 【バナナ(朝)】 バナナ	【牛乳 60】 牛乳 【ぶどうパン(朝)】 ぶどうパン	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味
昼	【玄米御飯】 七分つき米 玄米 【さんまの梅干煮】 さんま しょうゆ だし 三温糖 酒 水 【ひじきとコーンの白和え】 ひじき にんじん コーン缶 ごまつな 木綿豆腐 ごま 三温糖 食塩 【根菜の味噌汁】 さつまいも ごぼう だいこん ねぎ かつお・昆布だし 米みそ(淡色辛みそ)	【くり御飯】 七分つき米 くり 食塩 酒 【★鮭の変わり西京焼き】 さけ 食塩 小麦粉 なたね油 豆乳マーガリン 三温糖 本みりん 米みそ(甘みそ) マヨネーズ ごま 【五目きんぴらごぼろ】 ごぼろ にんじん たけのこ 板こんにやく 豚ひき肉 油 しょうゆ 三温糖 食塩 【お麩の澄まし汁】 焼ふ(板ふ) だいこん にんじん たまねぎ 食塩 しょうゆ かつお節 こんぶ(だし用)	【わかめ御飯】 七分つき米 わかめ(乾) 食塩 【南瓜のロコック】 かぼちゃ じゃがいも たまねぎ 鶏ひき肉 食塩 小麦粉 豆乳 パン粉 油 【キャベツのツナサラダ】 油 キャベツ にんじん ツナ油漬缶 酢 砂糖 しょうゆ 【ブロッコリースープ】 ブロッコリー たまねぎ にんじん ハム コンソメ 食塩	【さばのそぼろどんぶり】 七分つき米 さば にんじん たまねぎ 干ししいたけ しょうゆ しょうゆ 本みりん ツナ水煮缶 三温糖 酒 油 【白菜の塩昆布和え】 はくさい にんじん にんにく 塩こんぶ 【ふかしいも】 さつまいも 食塩 【かぶの味噌汁】 かぶ かぶ・葉 油揚げ しょうゆ 酢 【きのこスープ】 えのきたけ しめじ ベーコン にんじん チンゲンサイ 水 コンソメ 食塩	【納豆スパゲッティ】 マカロニ・スパゲッティ もやし 【はちれんそう にんじん 酢 しょうゆ 本みりん ツナ水煮缶 納豆 【タンリーチキン】 鶏もも肉 しょうゆ しょうゆ しょうゆ 三温糖 酒 油 【白菜の塩昆布和え】 はくさい にんじん にんにく カレー粉 豆乳コールト(無糖) 【きゅうりとわかめの酢の物】 きゅうり 生わかめ 三温糖 キャベツ 油揚げ いわし(煮干し) 米みそ(甘みそ)	【玄米御飯】 七分つき米 玄米 【はちれんの照り焼き】 さば しょうゆ 酒 本みりん 三温糖 【切干大根とベーコンの煮付け】 ベーコン 切り干しだいこん にんじん いんげん なたね油 しょうゆ 本みりん ごま油 ごま 【きゃべつの味噌汁】 かぶ 三温糖 キャベツ 油揚げ いわし(煮干し) 米みそ(甘みそ)	【ドライカレー】 七分つき米 豚ひき肉 キャベツ たまねぎ にんじん にんにく しょうが 油 カレー粉 ウスターソース ケチャップ 食塩 【ツナポテト】 じゃがいも たまねぎ ツナ油漬缶 豆乳マーガリン 【トマト】 トマト 【大根のスープ】 だいこん ほうれんそう コンソメ 食塩
午後 おやつ	【牛乳 150】 牛乳 【かぼちゃクッキー】 小麦粉 三温糖 かぼちゃ なたね油 ベーキングパウダー 【バナナ】 バナナ	【牛乳 150】 牛乳 【りんご入芋よかん】 さつまいも 三温糖 食塩 りんご 物かんてん 【バナナ】 きゅうり 米みそ(甘みそ) だいこん	【牛乳 150】 牛乳 【和風フラスコ】 食塩 きな粉 つぶあん(砂糖添加) 豆乳マーガリン 【なし】 なし	【牛乳 150】 牛乳 【ごまドーナツ】 卵 小麦粉 木綿豆腐 黒ごま 三温糖 なたね油 【糖】 糖 かき	【牛乳 150】 牛乳 【スーブルもちもちパン】 白玉粉 水 ホットケーキミックス 豆乳 メープルシロップ 【オレンジ】 オレンジ	【牛乳 150】 牛乳 【大芋芋】 さつまいも なたね油 三温糖 しょうゆ ごま りんご	【牛乳 150】 牛乳 【ブドウパン】 さつまいも 【バナナ】 バナナ

時期	2018/10/9-23 火	H30.10.30 火	2018/10/10-24 水	H30.10.31 水	2018/10/11-25 木	2018/10/12-26 金	2018/10/13-27 土
午前 おやつ	【牛乳 60】 牛乳 【バナナ(朝)】 バナナ	【牛乳 60】 牛乳 【バナナ(朝)】 バナナ	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味	【牛乳 60】 牛乳 【ぶどうパン(朝)】 ぶどうパン	【牛乳 60】 牛乳 【玄米ほんせん醤油味】 玄米ほんせん醤油味
昼	【玄米御飯】 七分つき米 玄米 【豚肉とさつま芋の煮付け】 豚肉(ロース) さつまいも なたね油 しょうゆ 本みりん 三温糖 【小松菜ともやしのナムル】 もやし にんじん ごま油 にんにく しょうゆ ごま 【なめこ汁】 なめこ 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) いわし(煮干し) ねぎ	【玄米御飯】 七分つき米 玄米 【さんまのかぼ焼き】 さんま 小麦粉 なたね油 油 しょうゆ 本みりん 三温糖 砂糖 【青菜ときのこのごま和え】 ほうれんそう もやし にんじん しめじ えのきたけ ごま しょうゆ 三温糖 食塩 【けんちん汁】 だいこん にんじん さつまいも ごぼう 鶏もも肉 ねぎ こんぶ(だし用) かつお節 しょうゆ 食塩	【豚汁うどん】 ゆでうどん 豚肉(ばら) なたね油 にんじん ごぼう だいこん 板こんにやく ねぎ 米みそ(淡色辛みそ) しょうゆ 【鮭ときのこのかき揚げ】 さけ たまねぎ じゃがいも しめじ 水 小麦粉 なたね油 食塩 【大豆サラダ】 レタス きゅうり コーン缶 トマト だいず水煮缶詰 ツナ味付缶 酢 しょうゆ 三温糖 油	【御飯(紅)】 七分つき米 【白パン(総)】 食塩 【鶏肉のケチャップ煮】 鶏もも肉 食塩 小麦粉 油 ビーマン たまねぎ ケチャップ ウスターソース 砂糖 【さつま芋サラダ】 さつまいも にんじん いんげん マヨネーズ 食塩 【ポトフ】 鶏もも肉 パン粉 かぶ かぶ・葉 セロリ にんじん コンソメ 食塩	【きのこ御飯】 米 鶏ひき肉 しめじ えのきたけ しいたけ にんじん 食塩 しょうゆ 酒 砂糖 【和風ハンバーグ】 豚ひき肉 木綿豆腐 パン粉 たまねぎ 食塩 しょうゆ かつおだし汁 本みりん 食塩 三温糖 片栗粉 【ひじきの五目煮】 ひじき にんじん だいず水煮缶詰 水 しょうゆ 本みりん 三温糖 なたね油 きやんどう 【大根の味噌汁】 だいこん ほうれんそう 油揚げ 煮干し汁 米みそ(甘みそ)	【玄米御飯】 七分つき米 玄米 【米みそかつ】 えのきたけ しいたけ にんじん 小麦粉 パン粉 酒 淡色みそ 三温糖 酒 【切り干しのパンバナナサラダ】 切り干しだいこん にんじん キャベツ きゅうり 鶏ささ身 ごま なたね油 しょうゆ 【さつまいもスープ】 さつまいも はくさい にんじん ベーコン 水 コンソメ 食塩	【スパゲッティオボロタン】 マカロニ・スパゲッティ ベーコン たまねぎ にんじん ピーマン 油 ケチャップ 食塩 【じゃが芋と油揚げのサラダ】 じゃがいも きゅうり 食塩 【さつまいも汁】 さつまいも 三温糖 しょうゆ 【ゆで野菜(ブロッコリー)】 ブロッコリー 食塩 しょうゆ 【キャベツのスープ】 キャベツ にんじん もやし コンソメ 食塩
午後 おやつ	【牛乳 150】 牛乳 【大豆のスクーン】 だし汁 水煮缶詰 豆乳マーガリン 豆乳 三温糖 ホットケーキミックス 【オレンジ】 オレンジ	【牛乳 150】 牛乳 【焼きうどん】 ゆでうどん キャベツ にんじん たまねぎ コーン なたね油 しょうゆ 食塩 【補】 かき	【りんごジュース】 りんご天然果汁 【カレー味のお焼き】 かき 小麦粉 カレー粉 鶏ひき肉 たまねぎ 食塩 小麦粉 【ヨーグルト】 ヨーグルト(加糖)	【牛乳 150】 牛乳 【パンキンパイ】 小麦粉 豆乳マーガリン 三温糖 きよぎの皮 なたね油 【バナナ】 バナナ	【牛乳150】 牛乳 【ジャムサンド】 食塩 ココア(ゼラチン) 豆乳マーガリン いちごジャム 【なし】 なし	【牛乳 150】 牛乳 【ホットケーキパン】 ココア(ゼラチン) ホットケーキミックス 豆乳 【バナナ】 バナナ	【お茶・麦茶】 麦茶(濃出液) 【わかめおにぎり】 七分つき米 わかめ(乾) 食塩 焼きのり 【オレンジ】 オレンジ

*卵を含む食材は使用していません