

※ フルーツは、入荷によって異なる場合があります。
※ おやつには牛乳がつかます。

平成 30年 10月 献立表 普通食

幼保連携型認定こども園
ポートピア

日	1月	2火	3水	4木	5金	6土	8月	9火	10水	11木	12金	13土	15月	16火	
献立	ご飯 炊き込み 香のサラダ 中華スープ フルーツ	ご飯 秋刀魚の塩焼き 里芋のそぼろあん ほうれん草の味噌汁 味噌汁	バターロール ポークシチュー りんごサラダ フルーツ	ご飯 鶏の野菜あんかけ きゅうりのからし和え もつ菜のオレングス 味噌汁	ご飯 鶏のねぎ味噌焼き 高野豆腐の和え 漬物 きゅうり フルーツ	焼きそば じゃが芋の煮物 フルーツ	体 育の 日	ご飯 鶏の甘辛煮 柿なます ひじきの煮物 かきたま汁	ご飯 鶏の甘辛煮 柿なます ひじきの煮物 かきたま汁	バターロール 鮭のパン粉焼き キャベツのソテー キャンディーズ コンソメスープ フルーツ	ご飯 鶏の味噌揚げ 炊き合わせ 小松菜の塩漬和え 味噌汁 フルーツ	ツナピラフ ジャーマンポテ コンソメスープ フルーツ	秋野菜カレー 玉葱ドレシラダ 茹で卵 フルーツ	ご飯 秋刀魚の塩焼き 里芋のそぼろあん ほうれん草の味噌汁 味噌汁	
材	精白米 押麦 豚ミンチ 木綿豆腐 玉葱 干椎茸 生葱 にんにく 生姜 ごま油 片栗粉 醤油 味噌 青葱 きゅうり 人参 焼き豚 砂糖 醤油 酢 ごま油 にら なたね 中華だし 醤油 ハナブ	精白米 押麦 秋刀魚 塩 里芋 鶏ミンチ グリーンピース だし 醤油 砂糖 片栗粉 りんご ほうれん草 えのき ちりめんじゃこ 海苔 醤油 人参 ごぼう だし汁 味噌	バターロール 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリーンピース シチュールー りんご きゅうり 人参 コーン ちくわ 醤油 マヨドレ オレンジ	精白米 押麦 鶏肉 青葱 味噌 砂糖 玉葱 人参 もやし だし汁 高野豆腐 卵 干椎茸 人参 いんげん 醤油 だし汁 砂糖 トマト	精白米 押麦 鶏肉 青葱 味噌 砂糖 玉葱 人参 もやし だし汁 高野豆腐 卵 干椎茸 人参 いんげん 醤油 だし汁 砂糖 トマト	中華麺 キャベツ 豚肉 ビーマン 玉葱 もやし ソース 青のり かつお節 じゃが芋 人参 だし汁 砂糖 醤油 オレンジ	鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	精白米 押麦 鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	精白米 押麦 鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	精白米 押麦 ツナ 玉葱 人参 ビーマン コンソメ 塩 じゃが芋 ベーコン パセリ 塩 白菜 玉葱 コンソメ 塩 卵 梨 グレープフルーツ	精白米 押麦 豚肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト	精白米 押麦 豚肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト	精白米 押麦 豚肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト	精白米 押麦 豚肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト
おやつ	ココア蒸しパン	おかし	おかし	おかし	いちごヨーグルト	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	



日	17水	18(お誕生日)木	19金	20土	22月	23火	24水	25木	26金	27土	29月	30火	31(ハロウィン)水	
献立	バターロール ポークシチュー りんごサラダ フルーツ	ご飯 鶏の野菜あんかけ きゅうりのからし和え もつ菜のオレングス 味噌汁 フルーツ	ご飯 鶏の野菜あんかけ きゅうりのからし和え もつ菜のオレングス 味噌汁 フルーツ	焼きそば じゃが芋の煮物 フルーツ	ご飯 鶏のねぎ味噌焼き 高野豆腐の和え 漬物 きゅうり フルーツ	ご飯 鶏のねぎ味噌焼き 高野豆腐の和え 漬物 きゅうり フルーツ	焼きそば じゃが芋の煮物 フルーツ	バターロール 鮭のパン粉焼き 柿なます キャベツのソテー キャンディーズ コンソメスープ フルーツ	ご飯 鶏の甘辛煮 柿なます ひじきの煮物 かきたま汁	ご飯 鶏の味噌揚げ 炊き合わせ 小松菜の塩漬和え 味噌汁 フルーツ	親子 まご り	秋野菜カレー 玉葱ドレシラダ 茹で卵 フルーツ	ご飯 鮭のもしも焼き ほうれん草のソテー ミニトマト 味噌汁	バターロール 南島のチーズ焼き ほうれん草のソテー コンソメスープ フルーツ
材	バターロール 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリーンピース シチュールー りんご きゅうり 人参 コーン ちくわ 醤油 マヨドレ オレンジ	精白米 押麦 鶏肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト	精白米 押麦 鶏肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト	中華麺 キャベツ 豚肉 ビーマン 玉葱 もやし ソース 青のり かつお節 じゃが芋 人参 だし汁 砂糖 醤油 オレンジ	精白米 押麦 鶏肉 青葱 味噌 砂糖 玉葱 人参 もやし だし汁 高野豆腐 卵 干椎茸 人参 いんげん 醤油 だし汁 砂糖 トマト	精白米 押麦 鶏肉 青葱 味噌 砂糖 玉葱 人参 もやし だし汁 高野豆腐 卵 干椎茸 人参 いんげん 醤油 だし汁 砂糖 トマト	中華麺 キャベツ 豚肉 ビーマン 玉葱 もやし ソース 青のり かつお節 じゃが芋 人参 だし汁 砂糖 醤油 オレンジ	精白米 押麦 鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	精白米 押麦 鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	精白米 押麦 鶏肉 だし汁 醤油 砂糖 大根 椎茸 ごま 酢 砂糖 塩 ひじき ちくわ 人参 薄揚げ 干椎茸 だし汁 砂糖 醤油 卵 白葱 だし汁 醤油 塩	精白米 押麦 ツナ 玉葱 人参 ビーマン コンソメ 塩 じゃが芋 ベーコン パセリ 塩 白菜 玉葱 コンソメ 塩 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト	精白米 押麦 豚肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト	精白米 押麦 豚肉 さつま芋 人参 ビーマン 玉葱 しめじ りんご 牛乳 カレールー じゃが芋 人参 きゅうり ツッパ 苜蓿 玉葱 砂糖 酢 オリーブ油 卵 梨 グレープフルーツ ヨーグルト 砂糖 プレーンヨーグルト
おやつ	おかし	おかし	おかし	おかし	ココア蒸しパン	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	おかし	

10月の献立目標は『秋の食材を取り入れる』です。
秋刀魚、鮭、さつま芋、南瓜、柿、梨など秋に旬を迎える食材が登場します。
31日には、ハロウィンにちなんで南瓜を使った『南瓜のチーズ焼き』です。
また、おやつには、さつま芋を使った『スイートポテト』があります。お楽しみに♪