

2017年10月献立表



	献立名	食品名	おやつ
2日 (月)	麻婆丼 リャンパンサンスー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん コウネギ 赤みそ かたくり粉 ごま油 はるさめ ロースハム きゅうりにんじん ごま ごま油	ホットケーキ 牛乳・いりこ
3日 (火)	ラーメン ギョーザ なし	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ モヤシ にんじん 水菜 ツナ ネギ 鶏かう ぎょうざ 梨	おむすび 牛乳・いりこ
4日 (水)	鮭の照焼 ひじきの炒り煮 豚汁	鮭 ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干シイタケ 豚肉 大根 にんじん 白菜 コホウシマイも こんにやく ねぎ 麦みそ 煮干し	きなこだんご 牛乳・いりこ
5日 (木)	カレーライス やさいサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ レタス アスパラガス りんご ロースハム コーン 和風ドレッシング	ヨーグルト おかし
6日 (金)	鶏の唐揚げ やさいサラダ ポタージュスープ	鶏肉 薄力粉 かたくり粉 レタス ミニトマト コーン 和風ドレッシング じゃがいも たまねぎ パセリ 牛乳 生クリーム 有塩バター コンソメ	ラスク 牛乳・いりこ
7日 (土)	ごまロール やさいサラダ 中華スープ	ごまロール レタス きゅうりにんじん りんご ロースハム コーン マヨネーズ 豚肉 はるさめ たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
9日 (月)			
10日 (火)	ロールパン ポテトサラダ ミートボールスープ	ロールパン じゃがいも きゅうりにんじん ロースハム コーン りんご マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
11日 (水)	さわらの照焼 煮豆 だんご汁	さわら うずら豆 白玉粉 白菜 大根 にんじん しめじ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	チヂミ 牛乳・いりこ
12日 (木)	ハヤシライス 海藻サラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	マカロニのあべかわ 牛乳・いりこ
13日 (金)	揚げ豆腐の野菜あんかけ ごま酢あえ キム	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ チンゲン菜 にんじん 干しいたけ かたくり粉 きゅうり もやし にんじん ごま 焼きのり ごま油 塩	フルーワーベリー
14日 (土)	ロールパン 春雨サラダ わんたんスープ	ロールパン 緑豆はるさめ ロースハム きゅうりにんじん コーン マヨネーズ ワンタン たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 ごま コンソメ ごま油	おかし 牛乳・いりこ
16日 (月)	親子丼 ほうれんそうのいそべあえ	たまご 鶏肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し ほうれんそう にんじん 油揚げ 焼きのり	フライドポテト 牛乳・いりこ
17日 (火)	ロールパンサンド ハンバーグ やさいサラダ かぼちゃスープ	ロールパン シーチキン マヨネーズ 合いびき肉 たまねぎ にんじん たまご パン粉 塩 トマトケチャップ レタス きゅうり ミニトマト 和風ドレッシング かぼちゃ たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
18日 (水)	鮭のバター焼き きんぴらごぼう みそ汁	鮭 塩 有塩バター ごぼう にんじん ごま ごま油 さつまいも 白菜 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
19日 (木)	肉じゃが 小松菜のおひたし	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにやく 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	サーターアウンダーギー 牛乳・いりこ
20日 (金)	とりのてんぷら 切干大根の炒め煮 すまし汁	ささみ さつまいも 薄力粉 たまご 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 木綿豆腐 えのきだけ わかめ ねぎ 煮干し	クラッカーサンド 牛乳・いりこ
21日 (土)	レーズンパン スパゲティサラダ クリームシチュー	レーズンパン スパゲティ きゅうりにんじん ロースハム コーン マヨネーズ 鶏肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
23日 (月)	スパニッシュオムレツ やさいサラダ キャロットスープ	たまご ベーコン じゃがいも ほうれんそう トマトケチャップ レタス きゅうり 和風ドレッシング にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	ホットケーキ 牛乳・いりこ
24日 (火)	焼そば さつまいもサラダ	ゆで中華めん 豚肉 たまねぎ キャベツ モヤシ にんじん ビーマン おこのみソース 青のり さつまいも きゅうり ロースハム りんご レーズン マヨネーズ	ごへいもち 牛乳・いりこ
25日 (水)	鶏の照焼 かぼちゃの煮物 けんちん汁	鶏肉 かぼちゃ 木綿豆腐 大根 にんじん コホウシマイ 干シイタケ ねぎ 煮干し ごま油	ピザトースト 牛乳・いりこ
26日 (木)	マカロニグラタン 海藻サラダ	鶏肉 マカロニ たまねぎ しめじ パセリ シェルトチーズ 牛乳 有塩バター 薄力粉 コンソメ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	とうふドーナツ 牛乳・いりこ
27日 (金)	さばの竜田揚げ さつまいもの煮物 すまし汁	さばしょうが かたくり粉 さつまいも たまねぎ にんじん えのきだけ わかめ ねぎ 煮干し	ヨーグルト おかし
28日 (土)	ロールパン マカロニサラダ ビーフシチュー	ロールパン マカロニ きゅうりにんじん ロースハム コーン マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん シメジ グリンピース ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
30日 (月)	すき焼風煮 ほうれんそうのごまあえ	牛肉 木綿豆腐 白菜 糸こんにやく えのきだけ 焼きふ ほうれんそう にんじん えのきだけ ごま	ウィンナーフリッター 牛乳・いりこ
31日 (火)	カレーうどん ごま酢あえ みかん	うどん 豚肉 たまねぎ にんじん シメジ ネギ カレールウ かたくり粉 煮干し きゅうり もやし にんじん ごま みかん	おむすび 牛乳・いりこ

スケジュール  
8日(日) 運動会  
9日(月) 予備日  
27日(金) 幼児山登り  
遠足



給食レシピ

かぼちゃスープ

〜材料(4人分)〜  
かぼちゃ 1/2コ  
玉ねぎ 1コ  
しめじ 1袋  
パセリ 適量  
シチューミックス 牛乳

- 〜作り方〜
- 5cm角くらいにかぼちゃを切ってゆでる
  - たまねぎをくし形にしめじはきざんで炒める
  - ①をミキサーなどですりつぶし牛乳(適量)と混ぜ、②を加える
  - シチューミックスを加え味をととのえ煮立てる
  - パセリを加えて煮立たせる

できあがり!

