



平成29年10月分保育所給食献立一覧表

月間献立テーマ「秋の味覚を味わい、ご飯を美味しく食べましょう」

ひかり 保育園

豊川市・豊川市保育連絡協議会

日	曜日	献立名	赤色の食品 血や肉を作る	黄色の食品 熱や力のもと	緑の食品 体の調子を整える	10時のおやつ 3才未満児のみ	3時のおやつ 全員
2	月	ごはん 煮魚 梅おひたし	さかな かつお節	米 砂糖	キャベツ きゅうり えのき うめ	スティックパン	牛乳 りんご
3	火	カレーパン 鶏肉のスープ煮 スティックサラダ	鶏肉 合わせみそ	パン じゃがいも 油 マヨネーズ ごま	玉ねぎ 人参 いんげん 大根 きゅうり パセリ	発酵乳 おかし	牛乳 おせんべい
4	水	食パン 中華スープ 酢豚	豚肉 豆腐 わかめ	パン 片栗粉 油 砂糖	キャベツ 人参 玉ねぎ たけのこ ビーマン もやし ねぎ	発酵乳 おかし	牛乳 バナナ
5	木	ごはん 五目豆 ツナサラダ	大豆 さつまあげ ツナ	米 こんにやく 砂糖 油	人参 いんげん キャベツ きゅうり	発酵乳 おせんべい	(手作り) マカロニきなこ
6	金	かば焼き丼 みそ汁 プリン	さかな 豆腐 合わせみそ	米 片栗粉 油 砂糖	玉ねぎ なめこ 小松菜 りんご	発酵乳 おかし	栗あんまき
7	土	ジャムサンド ヨーグルト バナナ 牛乳	ヨーグルト 牛乳	パン マーガリン	バナナ		
10	火	さつまコッペパン 炒めビーフン わかめスープ	豚肉 豆腐 わかめ	パン ビーフン 油	しいたけ 人参 キャベツ 玉ねぎ ビーマン ねぎ えのき	発酵乳 ビスケット	(手作り) 豆腐ドーナツ
11	水	バターロールパン さつまいもと竹輪の天ぷら レタス ミニトマト スープ	ちくわ ベーコン	パン さつまいも 小麦粉 油	レタス ミニトマト 人参 玉ねぎ しめじ	発酵乳 バナナ	牛乳 梨
12	木	ごはん 豚汁 ごまあえ	豚もも 赤みそ	米 ごま 砂糖	大根 人参 ごぼう ねぎ もやし ほうれん草 里芋	ゼリー	コーンフレーク 牛乳かけ
13	金	カレーライス サラダ りんご	豚肉 鶏卵 ハム	米 じゃがいも 油 春雨 砂糖 バター スキムミルク	玉ねぎ 人参 きゅうり トマト	発酵乳 おかし	おかし
14	土	バタートースト バナナ 魚肉ソーセージ 牛乳 ゼリー	魚肉ソーセージ 牛乳	パン マーガリン	バナナ		
16	月	ごはん 酢のもの 鶏肉と里芋の煮込み	鶏肉 厚揚げ わかめ	米 さといも 砂糖	人参 しめじ きゅうり もやし	発酵乳 スティックパン	牛乳 りんご
17	火	丸パン ちりじゃこサラダ 鶏肉と野菜のクリームシチュー	鶏肉 牛乳 じゃこ	パン 油 小麦粉 バター 砂糖 ごま油	玉ねぎ 人参 コーン しめじ グリンピース レタス きゅうり	発酵乳 バナナ	アシドミルク おかし
18	水	クロワッサン ドレッシング和え ミートボールの野菜煮込み	豚肉 鶏卵	パン 片栗粉 油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 レタス きゅうり りんご	ヨーグルト	みかん
19	木	ごはん すまし汁 切り昆布の煮物	油揚げ さつまあげ 鶏肉 豆腐 なんと 刻み昆布	米 油 砂糖	人参 たけのこ 小松菜	発酵乳 おかし	牛乳 おかし
20	金	さつまいもごはん 北海汁 ヨーグルト	さかな 合わせみそ 油揚げ ヨーグルト	米 さつまいも 砂糖	人参 ひじき ねぎ 白菜 ごぼう コーン	発酵乳 おかし	あん団子
21	土	4・5歳児 がんばろう会				あんパン	
23	月	ごはん チンジャオロースー 中華スープ	豚肉 豆腐 わかめ	米 ごま油 片栗粉	ピーマン もやし たけのこ エリンギ 人参 チンゲン菜	発酵乳 りんご	ミニパン
24	火	米粉パン サラダ スパゲッティミートソースかけ	豚肉 牛肉 粉チーズ	パン スパゲッティ 油 片栗粉	玉ねぎ 人参 レタス きゅうり パプリカ コーン	発酵乳 ビスケット	ふかし芋
25	水	黒糖食パン 魚の甘酢あんかけ マカロニサラダ	さかな ハム	パン 片栗粉 油 砂糖 スパゲッティ マカロニ	たけのこ 人参 ピーマン しいたけ 玉ねぎ きゅうり	チーズ	牛乳 バナナ
26	木	手巻き寿司 すまし汁 みかん	ソーセージ ちくわ ツナ のり	米 砂糖 マヨネーズ	きゅうり 人参 小松菜 しいたけ 玉ねぎ みかん	発酵乳 梨	紅茶 ケーキ
27	金	ごはん 麻婆豆腐 ナムル 梨	豆腐 豚肉 赤みそ ハム	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油	たけのこ しいたけ 人参 ねぎ もやし ほうれん草 梨	ヨーグルト	おかし
28	土	調理パン プリン バナナ 牛乳	ソーセージ 牛乳 プリン	パン	バナナ		
30	月	納豆チャーハン かき玉汁 ゼリー	納豆 鶏肉 鶏卵 ゼリー	米 油 片栗粉	ねぎ 人参 コーン いら えのき 玉ねぎ	みかん	飲むヨーグルト りんご
31	火	食パン 野菜と鶏肉炒め さつまいものスープ	鶏肉 ハム 牛乳	パン 片栗粉 油 さつまいも 小麦粉	ピーマン 人参 玉ねぎ キャベツ 白菜 しめじ	発酵乳 おせんべい	(手作り) かぼちゃ白玉