

# 令和2年10月 献立表

## 山ノ本保育園

日 (曜日)	12・26日 (月)	13・27日 (火)	14・28日 (水)	1・15・29日 (木)	2・16・30日 (金)	3・17・31日 (土)	5・19日 (月)	6・20日 (火)	7・21日 (水)	8・22日 (木)	9・23日 (金)	10・24日 (土)
昼食	ごはん 豚肉と厚揚げの 炒め物 ふとわかめの すまし汁	ごはん タンドリーチキン キャベツとにんじんの おかか和え とうふとはくさいのみそ汁	ごはん さんまの塩焼き ほうれんそうともやしと にんじんの磯和え たまねぎと油揚げのみそ汁	わかめうどん さつまいもの甘煮	ごはん 三平汁 小松菜とにんじんの ごま酢和え	ごはん 牛肉と野菜の カレー炒め じゃがいもとたまねぎの みそ汁	ごはん マーボー豆腐 切干大根の和え物	ごはん 肉じゃが 小松菜と油揚げの みそ汁	ごはん 豚肉の柳川井 とうふとしめじの すまし汁	食パン さつまいもの ミルクスープ キャベツとコーンと にんじんのサラダ	ごはん さばの竜田揚げ ちんげん菜ともやしと にんじんの浸し えのきたけとわかめのみそ汁	カチャートレ風 スパゲティ 野菜スープ
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料
	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g
幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g
米	米	米	ゆでうどん	米	米	米	米	米	米	食パン	米	スパゲティ
豚肉	鶏肉	さんま	鶏肉(細切れ)	生さけ	牛肉	とうふ	豚肉	豚肉(細切れ)	鶏肉(細切れ)	さば	さば	鶏肉(細切れ)
酒	ヨーグルト(無糖)	食塩	干わかめ	油揚げ	たまねぎ	豚ミンチ	じゃがいも	たまねぎ	さつまいも	しょうが	しょうが	たまねぎ
濃口しょうゆ	ケチャップ	薄口しょうゆ	薄口しょうゆ	だいこん	ちんげん菜	なす	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	濃口しょうゆ	濃口しょうゆ	ピーマン
しょうが	カレー粉	ほうれんそう	だしかつお	にんじん	にんじん	たまねぎ	たまねぎ	にんじん	にんじん	酒	酒	ピーマン
厚揚げ	食塩	もやし	だしこんぶ	じゃがいも	もやし	青ねぎ	青ねぎ	油	みつば	片栗粉	片栗粉	トマトピューレ
えのきたけ	キャベツ	にんじん	水	青ねぎ	油	にんにく	にんにく	砂糖	卵	油	油	にんにく
にんじん	キャベツ	焼きのり	水	みそ	食塩	油	油	砂糖	砂糖	牛乳	牛乳	油
たまねぎ	にんじん	濃口しょうゆ	さつまいも	だしかつお	カレー粉	油	油	砂糖	砂糖	水	水	スープの素
ピーマン	花かつお	薄口しょうゆ	砂糖	水	トンカツソース	みそ	みそ	水	みそ	水	水	砂糖
油	薄口しょうゆ	たまねぎ	水	小松菜	小松菜	砂糖	砂糖	水	水	片栗粉	片栗粉	食塩
砂糖	とうふ	油揚げ	水	にんじん	にんじん	濃口しょうゆ	濃口しょうゆ	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
濃口しょうゆ	はくさい	みそ	水	白ごま	白ごま	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
スープの素	みそ	だしかつお	水	酢	酢	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
水	みそ	水	水	薄口しょうゆ	薄口しょうゆ	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
片栗粉	だしかつお	水	水	水	水	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
焼ふ	水	水	水	水	水	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
干わかめ	水	水	水	水	水	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
薄口しょうゆ	水	水	水	水	水	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
だしかつお	水	水	水	水	水	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
だしこんぶ	水	水	水	水	水	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
水	水	水	水	水	水	水	水	水	水	片栗粉	片栗粉	酒
おやつ	牛乳 柿	牛乳 かぼちゃケーキ	牛乳 バナナヨーグルト	牛乳 大根もち	牛乳 ちんびん	牛乳 マカロニのきな粉あえ	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 オレンジかんてん	牛乳 バナナ	お茶 かやくごはんおにぎり	牛乳 クラッカーサンド	牛乳 ふかしいも
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料
	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g
幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	牛乳	牛乳
かき	小麦粉	バナナ	だいこん	小麦粉	マカロニ	小麦粉	小麦粉	バナナ	バナナ	米	クラッカー	さつまいも
	ベーキングパウダー	ヨーグルト(無糖)	干しえび	ベーキングパウダー	きな粉	ベーキングパウダー	水	水	水	まいたけ	いちごジャム	食塩
	かぼちゃ	砂糖	青ねぎ	黒砂糖	砂糖	砂糖	水	砂糖	砂糖	油揚げ		
	卵		米粉	水	水	水	水	砂糖	砂糖	にんじん		
	砂糖		食塩	油	油	水	水	砂糖	砂糖	ごぼう		
	牛乳		ごま油	水	水	水	水	砂糖	砂糖	だしこんぶ		
	バター		濃口しょうゆ	水	水	水	水	砂糖	砂糖	薄口しょうゆ		
								ごま油	ごま油	酒		



事務所前にレシピカードをご用意しております！  
ご自由にお持ち帰りください。

