



10月 給食予定献立表

2019年 青い鳥学園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児	小学生		赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
1	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 鮭のムニエル キャベツのサラダ コンソメスープ	牛乳 ココアマドレーヌ	鮭・ベーコン コンソメ 牛乳 鶏卵	レモン果汁・ブロッコリー キャベツ・人参 コーン・玉ねぎ アスパラ	米・小麦粉・なたね油 マヨネーズ・和風ドレッシング 無塩バター・上白糖 ココア	
2	水	牛乳 お野菜ビスケット	ゆかりご飯 きつねうどん 金平レンコン	牛乳 大学芋	鶏肉 揚げ かまぼこ 牛乳	しその香 人参 ねぎ レンコン	米・うどん・上白糖 しょうゆ・みりん・ごま油 ごま・さつま芋 なたね油	
3	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 チンジャオロース もやしの中華サラダ わかめスープ	牛乳 りんご寒天	豚肉 かにかま 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・ピーマン パプリカ・人参 たけのこ・もやし コーン・わかめ	米・しょうゆ・上白糖 ごま油・なたね油 ごま・寒天 アップルジュース	
4	金	牛乳 マンナウエハース	チリコンカンライス アスパラのツナサラダ 梨	牛乳 チーズ蒸しパン	大豆・牛ミンチ コンソメ・ツナ 牛乳 チーズ	枝豆・玉ねぎ・人参 なす・トマト缶 ケチャップ・アスパラ 梨	米 上白糖 なたね油 ホットケーキミックス	
5	土	牛乳 星たべよ	焼肉丼 インゲンのおかか和え しめじの味噌汁	牛乳 源氏パイ ぼたぼた焼き	牛肉 かつお節 味噌 牛乳	しょうが・玉ねぎ ピーマン・人参 インゲン・しめじ ねぎ	米・しょうゆ 上白糖 ごま油 なたね油	
7	月	牛乳 ラムネ	ご飯 鶏肉のごまだれソースかけ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	牛乳 フルーツポンチ	鶏肉 ツナ コンソメ 牛乳	玉ねぎ・コーン ブロッコリー・人参 大根・パセリ みかん缶・白桃缶	米・ごまだれ ごま油・和風ドレッシング 寒天 上白糖	
8	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 さばの竜田揚げ 白菜のお浸し 赤だし	牛乳 ジャムケーキ	さば・揚げ 豆腐・赤だし 味噌・牛乳 鶏卵	しょうが・ミニトマト 白菜・人参 わかめ みつば	米・しょうゆ・片栗粉 植物油・上白糖 ホットケーキミックス・有塩バター いちごジャム	
9	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 厚揚げの五目みそ炒め 春雨サラダ たまごスープ	牛乳 りんごのコンポート	厚揚げ・豚ミンチ 味噌・鶏卵 鶏がらだし・牛乳 ホイップ	キャベツ・人参・しめじ しょうが・きゅうり・玉ねぎ にら・りんご レモン果汁	米・しょうゆ 上白糖・片栗粉 ごま油 春雨	
10	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 牛肉のしぐれ煮 切干大根の和え物 かぼちゃの味噌汁	牛乳 きな粉揚げパン	牛肉・かにかま ちりめんじゃこ・味噌 牛乳 きな粉	玉ねぎ・ごぼう・人参 グリーンピース・しょうが 切干大根・かぼちゃ ねぎ	米・糸こんに 上白糖・しょうゆ ポン酢・ロールパン 植物油	
11	金	牛乳 マンナウエハース	ウインナーカレー コールスローサラダ オレンジ	牛乳 プリン	ウインナー 牛乳	玉ねぎ・人参 ケチャップ・キャベツ パプリカ オレンジ	米・じゃが芋・なたね油 カレールー・ウスターソース カレー粉・マヨネーズ プリンミックス	
12	土	牛乳 星たべよ	菜飯 あんかけラーメン もやしとわかめのナムル	牛乳 サラダせんべい ルヴァン	豚肉 鶏がらだし 牛乳	菜飯の素・椎茸 チンゲン菜・人参 玉ねぎ・もやし わかめ	米・中華そば しょうゆ・ごま油 片栗粉・ごま 上白糖	
14	月	体育の日						
15	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 鶏肉のオーロラソースかけ ピーズサラダ コンソメスープ	牛乳 ふのきな粉ラスク	鶏肉・大豆 コンソメ 牛乳 きな粉	ケチャップ・レモン果汁 インゲン・枝豆 コーン・人参 ブロッコリー・玉ねぎ	米・しょうゆ・なたね油 マヨネーズ・上白糖 和風ドレッシング 有塩バター・おつゆ麩	
16	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 さわらの煮付け ほうれん草のごま和え さつま芋の味噌汁	お茶 フルーチェ	さわら 味噌 牛乳	しょうが・レンコン ほうれん草・人参 玉ねぎ ねぎ	米・しょうゆ・上白糖 片栗粉・ごま さつま芋 フルーチェ	
17	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 豚肉の野菜炒め 高野豆腐の煮物 大根のすまし汁	牛乳 じゃこトースト	豚肉・鶏がらだし 高野豆腐・牛乳 ちりめんじゃこ 粉チーズ	もやし・椎茸 玉ねぎ・人参 にら・大根 みつば・パセリ	米・しょうゆ ウスターソース・なたね油 片栗粉・上白糖・みりん 食パン・マヨネーズ	
18	金	牛乳 マンナウエハース	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ バナナ	りんごジュース ハッピーターン きな粉餅	牛肉 コンソメ 牛乳	マッシュルーム・玉ねぎ・人参 トマト缶・ケチャップ ブロッコリー・コーン バナナ・りんごジュース	米 なたね油 ハヤシルー 和風ドレッシング	
19	土	牛乳 星たべよ	チャーハン ジャーマンポテト 中華スープ	牛乳 ビスコ 味しるべ	豚ミンチ・鶏がらだし ウインナー コンソメ 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ コーン チンゲン菜	米・なたね油 しょうゆ じゃが芋 ごま	
21	月	牛乳 ラムネ	ご飯 チャプチェ 春巻き 中華スープ	牛乳 クラッカーサンド (あんこ&ホイップ)	豚肉・鶏がらだし 豚巻き・牛乳 こしあん ホイップ	玉ねぎ・人参 ピーマン 干し椎茸 チンゲン菜	米・春雨 しょうゆ・上白糖 ごま・ごま油 植物油・ルヴァン	
22	火	即位礼正殿の儀						
23	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 鶏の照り焼き わかめの酢の物 豆腐の味噌汁	牛乳 フライドポテト	鶏肉・ちりめんじゃこ 豆腐 味噌 牛乳	しょうが・ミックスベジタブル わかめ・人参 大根・玉ねぎ ねぎ	米・上白糖 しょうゆ・みりん ナチュラルカットポテト 植物油	
24	木	牛乳 たべっ子ベイビー	牛丼 かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁 りんご	牛乳 フレンチトースト	牛肉 味噌 牛乳 鶏卵	玉ねぎ・白ねぎ かぼちゃ・グリーンピース 白菜・ねぎ りんご	米 上白糖 みりん しょうゆ・食パン	
25	金	牛乳 マンナウエハース	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 小松菜の和え物 麩のすまし汁	牛乳 柿	ホキキ 牛乳	玉ねぎ・人参 椎茸・白菜 小松菜 ねぎ・柿	米・しょうゆ・みりん 片栗粉 上白糖 おつゆ麩	
26	土	牛乳 星たべよ	きのことベーコンの和風パスタ おさつサラダ コンソメスープ	牛乳 ばりんこ マリビスケット	ベーコン コンソメ 牛乳	玉ねぎ・しめじ エリンギ・えのき 人参・のり レモン果汁・パセリ	スパゲティ・しょうゆ みりん・上白糖 さつま芋 マヨネーズ	
28	月	牛乳 ラムネ	ご飯 さばの梅煮 キャベツの昆布和え かき玉汁	牛乳 抹茶ケーキ	さば 鶏卵 牛乳	梅干し・しょうが レンコン・キャベツ 人参・塩昆布 玉ねぎ・みつば	米・しょうゆ 上白糖・片栗粉 ごま油・ホットケーキミックス 有塩バター・グリーンティ	
29	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 とり天 白菜のおかか和え わかめの味噌汁	牛乳 ポップコーン(カレーコンソメ)	鶏肉・かつお節 揚げ・味噌 牛乳 コンソメ	しょうが・アスパラ 白菜・人参 わかめ・玉ねぎ パセリ	米・めんつゆ・天ぷら粉 植物油・しょうゆ 上白糖・ポップコーン なたね油・カレー粉	
30	水	牛乳 お野菜ビスケット	☆ハロウィンメニュー☆ ハロウィンライス 星のコロッケ & たこさんウインナ 添え野菜/マカロニサラダ かぼちゃのポタージュ ニコニコゼリー	牛乳 ハロウィンクッキー	鮭フレーク 星のコロッケ ウインナー 牛乳	焼きのり ブロッコリー 人参 きゅうり 玉ねぎ かぼちゃ・パセリ	米・植物油 マカロニ・マヨネーズ ニンニクリームスープ・小麦粉 ココココゼリー・上白糖 無塩バター ココア	
31	木	牛乳 たべっ子ベイビー	マーボー丼 チンゲン菜のナムル 中華スープ	牛乳 さつま芋のメープルパ	豆腐・豚ミンチ 味噌・赤だし 鶏がらだし 牛乳	しょうが・玉ねぎ 人参・ねぎ チンゲン菜・もやし わかめ・椎茸	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉・しょうゆ 上白糖・さつま芋 メープルシロップ・有塩バター	

