



10月のメニュー



9月27日(月)
まこと幼稚園

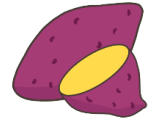
5日(火)→8月、9月、10月お誕生日会

12日(火)→年中栗拾い(年中給食なし)
13日(水)→年少栗拾い(全園児給食あり)
14日(木)→年長芋ほり(年長給食なし)

10月になり、季節はすっかり秋模様となりました。
10月が旬のさつまいもは、低温で長時間加熱することで甘みが強くなる食材です。
電子レンジで加熱するよりも蒸し器でじっくりと蒸すほうが甘くなりますね。

26日(火)→年少運動会(全園児給食あり)
27日(水)→年中運動会(全園児給食あり)
28日(木)→年長運動会(全園児給食あり)

-----美味しいさつまいもを見分ける4つのポイント-----
☆皮の色が濃くて均一な赤色 ☆レモン型でずしりした重さ
☆傷、窪みが少ない ☆切り口や毛穴から黒い蜜の跡があるもの



日程	献立	原材料
10月1日 (金曜日) 359 Kcal	白おにぎり	米
	豚肉の咖喱風味	豚肉 玉ねぎ 人参 カレー粉 だし 醤油 みりん 塩 コショウ
	水菜とえのきのマヨ和え	水菜 えのき マヨネーズ 醤油 砂糖 塩 コショウ
	さつま揚げの煮物	花形さつま(人参・玉葱含む) だし 醤油 砂糖 みりん
	糸こんにゃくと人参の甘辛炒め	糸こんにゃく 人参 ゴマ だし 醤油 砂糖 みりん
	みかん	みかん
10月4日 (月曜日) 372 Kcal	白おにぎり	米
	八宝菜(ゆ)	イカ 豚肉 白菜 筍 マッシュルーム ヤングコーン 絹さや きくらげ 人参 中華だし 醤油 塩 コショウ 片栗粉
	揚げ里芋と枝豆のマヨサラダ	里芋 油 枝豆 マヨネーズ 塩 コショウ 白ワイン
	ブロッコリーの塩ゆで	ブロッコリー 塩
	かぼちゃと人参の甘煮	かぼちゃ 人参 砂糖 塩
	みかん	みかん
10月5日 (火曜日) 935 Kcal	ごはん	米
	牛丼	牛肉 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく 白菜 麩 しょうゆ みりん 砂糖 かつおだし
	キャンディーチーズ	ナチュラルチーズ 乳化剤
	くまちゃんケーキ	チョコレート(ベルギー製造、国内製造) 乳等を主要原料とする食品 クリーム 砂糖 卵 牛乳 小麦粉 カラメルソース 水あめ ココアパウダー ショートニング こんにゃくペースト チョコレート菓子 ぶどう糖 ゼラチン 粉あめ 全粉乳 デキストリン /安定剤(加工でん粉 CMC 増粘多糖類) 加工でん粉 クロレラ抽出液 香料 グリシン 着色料(カラメル アカビート カカオ) セルロース 膨脹剤 カゼインNa リン酸Ca 酸味料 光沢剤 (一部に卵・乳成分・小麦・大豆・ゼラチンを含む)
	カルピス	乳 砂糖/香料 大豆多糖類
10月6日 (水曜日) 404 Kcal	白おにぎり	米
	牛肉の味噌煮	牛肉 油揚げ 玉ねぎ 味噌 だし 醤油 砂糖 みりん
	小松菜と人参のナムル	人参 小松菜 ゴマ 醤油 砂糖 塩 ゴマ油
	カットコーン	コーン 塩
	焼きビーフン	ビーフン かまぼこ キャベツ 中華だし 醤油 塩 コショウ ゴマ油
10月7日 (木曜日) 369 Kcal	クリームエスカルゴ	小麦粉 フラワーペースト 卵 砂糖 マーガリン パン酵母 乳等を主原料とする食品 食塩 加工澱粉 乳化剤 V.C. 増粘多糖類 香料 着色料(カロチン) pH調整剤(原材料の一部にゼラチン、大豆を含む)
	五目汁	鶏肉 人参 大根 水菜 糸こんにゃく ネギ ちくわ しょうゆ みりん ごま油 かつおだし
	ミニトマト	ミニトマト
	牛乳	牛乳
10月8日 (金曜日) 428 Kcal	白おにぎり	米
	唐揚げ	鶏肉 塩 コショウ 鶏卵 生姜 にんにく 醤油 酒 ごま油 片栗粉 油
	マカロニ(シェル)のオーロラサラダ	マカロニ(シェル) マヨネーズ ケチャップ 砂糖 塩 コショウ 白ワイン
	チンゲン菜とベーコンの中華炒め	チンゲン菜 ベーコン(卵白含む) 中華だし 醤油 塩 コショウ
	かぶと人参の煮物	かぶ 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
10月11日 (月曜日) 404 Kcal	白おにぎり	米
	ちくわの天ぷら	ちくわ(卵白含む) 小麦粉 鶏卵 塩 油
	焼きそば風パスタ	スパゲティ 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 だし ソース 醤油 砂糖 塩 コショウ
	さつまいもと人参のレモン煮	さつまいも 人参 レモン果汁 砂糖 塩
	ほうれん草と錦糸卵の和え物	ほうれん草 錦糸卵 だし 醤油 砂糖 みりん
10月12日 (火曜日) 335 Kcal ※年中給食なし	8の字パン	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード 香料
	鮭のクリーム煮	鮭フレーク じゃがいも 玉ねぎ 人参 コーン ハウスクリームミックス(クリーム)
	ミニゼリー	異性化液糖 濃縮アップル果汁 濃縮果汁(アップル・グレープ・ピーチ・オレンジ・パイナップル) 砂糖 食塩 /ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 香料 甘味料(ソルビトール)、着色料(紅花黄・クチナシ・アカキャベツ)、(一部にりんご・もも・オレンジを含む)
	牛乳	牛乳
	白おにぎり	米
10月13日 (水曜日) 427 Kcal ※年少給食なし	親子煮	鶏肉 玉ねぎ 人参 卵 だし 醤油 砂糖 みりん
	ブロッコリーの塩ゆで	ブロッコリー 塩
	厚揚げのそぼろ煮	厚揚げ 鶏ミンチ だし 醤油 砂糖 みりん
	白菜の昆布和え	白菜 昆布 だし 醤油 砂糖 みりん
	みかん	みかん

日程	献立	原材料
10月14日 (木曜日) 336 Kcal ※年長給食なし	黒糖ロール コンソメスープ パイン缶 牛乳	小麦粉 加工黒糖 発酵調味料 トレハロース マーガリン 乳等を主原料とする食品 パン酵母 ファットスプレッド 食塩 ベーコン 玉ねぎ 人参 コーン キャベツ コンソメ パインアップル 砂糖/クエン酸
10月15日 (金曜日) 336 Kcal	白おにぎり 牛肉のトマト煮 さつまいもきな粉 ほうれん草とかまぼこのソテー きのこのバター醤油	米 牛肉 玉ねぎ 人参 コンソメ ホールトマト ケチャップ 醤油 砂糖 塩 コショウ さつまいも きな粉 砂糖 塩 ほうれん草 かまぼこ コンソメ 醤油 塩 コショウ しめじ えのき バター 醤油 塩 コショウ
10月18日 (月曜日) 433 Kcal	白おにぎり 豚肉のブルコギ風 ポテトサラダ 高野豆腐の卵とじ カットコーン	米 豚肉 切干大根 椎茸 赤ピーマン にんにく 中華だし テンメンジャン 醤油 砂糖 酒 ごま油 じゃがいも ベーコン(卵白含む) 人参 マヨネーズ 砂糖 塩 コショウ 高野豆腐 卵 だし 醤油 砂糖 みりん コーン 塩
10月19日 (火曜日) 383 Kcal	ミルクツイスト さつま汁 バナナ 牛乳	小麦粉 牛乳ペースト 卵 砂糖 マーガリン 乳等を主原料とする食品 パン酵母 ファットスプレッド 食塩 加工澱粉 乳化剤 V.C. 香料 増粘多糖類 保存料(ソルビン酸) pH調整剤(原材料の一部に大豆を含む) 豚肉 大根 鳴門金時 糸こんにゃく 人参 ごぼう みそ かつおだし バナナ
10月20日 (水曜日) 368 Kcal	白おにぎり 鯖のおろし煮 水菜とかにかまの酢の物 がんと人参の含め煮 もやしのカレー風味 みかん	米 鯖 大根 生姜 だし 醤油 砂糖 みりん 酒 水菜 かにかま だし 酢 醤油 砂糖 みりん 塩 がんと(ごま含む) 人参 だし 醤油 砂糖 みりん もやし カレー粉 醤油 塩 コショウ みかん
10月21日 (木曜日) 450 Kcal	ハニーロール ナポリタン キャンディーチーズ 牛乳	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード V.C. 香料 スパゲッティ ハム 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン ケチャップ とんかつソース サラダ油 ナチュラルチーズ 乳化剤
10月22日 (金曜日) 488 Kcal	カレーライス りんごジュース	カレールー (乳 りんご 小麦粉 香辛料 野菜パウダー 食用油脂 砂糖 ポークエキス 蛋白加水分解物 ソースパウダー アミノ酸 カラメル色素 酸味料 乳化剤 コーンスターチ チキンブイヨン カレー粉 (原材料に大豆を含む)) ケチャップ ソース 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 米 りんご ビタミンC
10月25日 (月曜日) 405 Kcal	白おにぎり 豆腐の棒々鶏サラダ 揚げナスの香味漬け ウインナーのカレー風味 チンゲン菜と人参の中華炒め	米 豆腐 鶏ほぐし身(鶏肉 デキストリン ホエイパウダー 食塩 卵たんぱく pH調整剤 (原材料の一部に乳を含む)) 白ゴマ すりごま にんにく 生姜 みそ 酢 醤油 砂糖 ごま油 ナス 油 ネギ 醤油 砂糖 みりん ごま油 ウインナー カレー粉 コンソメ 塩 コショウ チンゲン菜 人参 中華だし 醤油 砂糖 みりん ごま油
10月26日 (火曜日) 323 Kcal	丸ロール 野菜スープ パイン缶 牛乳	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード 香料 豚肉 卵 玉ねぎ 人参 ネギ 白菜 コンソメ パインアップル 砂糖/クエン酸
10月27日 (水曜日) 441 Kcal	キャロットライスおにぎり レンコンのはさみ揚げ 天ぷら スパゲティコンソメ風味 ごぼうとコーンのサラダ ほうれん草とハムのソテー みかん	米 人参 バター コンソメ 塩 レンコン 豚肉 たまねぎ でん粉 醤油 パン粉 人参 粉末状大豆たん白 食塩 しょうが 果糖ぶどう糖液糖 香辛料 大豆油 調味料(アミノ酸等) 膨脹剤 乳化剤 小麦粉 小麦粉 鶏卵 油 スパゲティ パセリ コンソメ 塩 コショウ オリーブ油 ごぼう コーン マヨネーズ 砂糖 塩 コショウ 白ワイン ほうれん草 ハム バター 醤油 塩 コショウ みかん
10月28日 (木曜日) 436 Kcal	ロールパン ちゃんぽん ミニゼリー 牛乳	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳等を主原料とする食品 パン酵母 食塩 乳化剤 増粘剤(キサンタン) 酢酸Na イーストフード 香料 中華麺 豚肉 むきえび 玉ねぎ 白菜 ピーマン たけのこ 人参 シイタケ 八宝菜の素 異性化液糖 濃縮アップル果汁 濃縮果汁(アップル・グレープ・ピーチ・オレンジ・パイナップル) 砂糖 食塩/ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 香料 甘味料(ソルビトール)、着色料(紅花黄・クチナシ・アカキャベツ)、(一部にりんご・もも・オレンジを含む)
10月29日 (金曜日) 321 Kcal	白おにぎり ハンバーグ ケチャップ もやしとかにかまの中華和え かぼちゃの甘煮 ひじきの煮物 みかん	米 鶏肉 玉ねぎ 粒状植物性たん白 パン粉 小麦粉 粉末状植物性たん白 豚脂 食塩 砂糖 醤油 調味料(アミノ酸) リン酸塩 カラメル色素 大豆油 ケチャップ もやし かにかま 中華だし ごま油 酢 醤油 砂糖 かぼちゃ 砂糖 塩 ひじき 人参 だし 醤油 砂糖 みりん みかん

仕入れの都合によりメニュー・原材料(アレルギー含む)に変更が生じる場合があります。予めご了承くださいませ。株式会社 富喜屋

