

2023年

10月  こんだてひょう

※りんごぐみ以上の朝のおやつはありません。

10/18 水	10/19 木	10/20 金	10/22 土	10/23 月	10/24 火	10/25 水	10/26 木	10/27 金	10/28 土	10/30 月	10/31 火
■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ パナナ	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ パナナ	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子
■ ご飯 米	■ ご飯 米	■ 栄養ラーメン ラーメン 豚肩ロース 竹輪	■ ご飯 米	■ ご飯 米	■ ご飯 米	■ ご飯 米	■ ご飯 米	■ きつねうどん うどん 稲荷揚げ わかめ 干し椎茸 万能ねぎ 料理酒 塩 薄口醤油 みりん風調味料 だし昆布 和風だしの素	■ そぼろ丼 米 鶏ひき肉 干し椎茸 インゲン おろし生姜 砂糖 うすくち醤油 みりん風調味料 サラダ油	■ ツナとひじきの黒枝豆腐 米 ひじき ツナ しめじ 人参 インゲン 砂糖 みりん風調味料 濃口醤油 塩	■ カレーライス 米 合挽 じゃがいも たまねぎ 人参 カレールー
■ 豚肉の甘辛炒め 豚肩ロース キャベツ たまねぎ 人参 赤ピーマン 濃口醤油 みりん風調味料 砂糖 和風だしの素	■ 照り焼きハンバーグ 合挽肉 たまねぎ 人参 パン粉 牛乳 塩 濃口醤油 砂糖 片栗粉	■ 金平ごぼう ごぼう 人参 糸こんにやく 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 すりごま ごま油	■ 鶏肉のマヨ/パン粉焼き 鶏もも皮なし エッグケア パン粉 塩 パセリ	■ 豆腐とひじきのつくね 木綿豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ 人参 ひじき パン粉 濃口醤油 砂糖 片栗粉	■ 鯖の味噌煮 さば おろし生姜 砂糖 濃口醤油 みそ	■ 鶏肉の唐揚げ 鶏もも皮なし おろし生姜 薄口醤油 鶏がらスープ 小麦粉 片栗粉 サラダ油	■ 豚肩ロース ごぼう たまねぎ いんげん おろし生姜 濃口醤油 砂糖 みりん風調味料 ごま油	■ 大根 ブロッコリー コーン エッグケア 西京味噌 すりごま	■ じゃがいもの煮物 じゃがいも 人参 砂糖 みりん風調味料 料理酒 濃口醤油	■ さつまいものサラダ さつまいも たまねぎ きゅうり エッグケア 酢 砂糖	■ ほうれん草のソテー ほうれん草 しめじ コーン マーガリン 薄口醤油 塩
■ 切干大根の酢の物 切干大根 人参 きゅうり わかめ 砂糖 酢 薄口醤油	■ 白菜サラダ 白菜 人参 ツナ うすくち醤油 砂糖 酢 サラダ油 塩	■ フルーツ(バナナ) バナナ	■ 茄子の味噌汁 茄子 刻み揚げ 万能ねぎ みそ 和風だしの素	■ マカロニのサラダ マカロニ きゅうり 人参 エッグケア 酢	■ 豆腐 豆腐 わかめ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 和風だしの素	■ 大根の中華スープ 大根 人参 かいわれ大根 うすくち醤油 塩 鶏がらスープ	■ かぼちゃの白和え 木綿豆腐 かぼちゃ ほうれん草 薄口醤油 砂糖 和風だしの素 すりごま	■ 大根 人参 かいわれ大根 うすくち醤油 塩 鶏がらスープ	■ 小松菜の味噌汁 小松菜 刻み揚げ みそ 和風だしの素	■ 鮎のすまし汁 鮎 たまねぎ 万能ねぎ 塩 うすくち醤油 和風だしの素	■ フルーツ(オレンジ) オレンジ
■ えのきの中華スープ えのき もやし みつば うすくち醤油 塩 鶏がらスープ	■ キャベツのスープ キャベツ たまねぎ コーン 塩 コンソメ うすくち醤油	■ フルーツ(バナナ) バナナ	■ 白菜の味噌汁 白菜 えのき 万能ねぎ みそ 和風だしの素	■ マカロニ マカロニ きゅうり 人参 エッグケア 酢	■ 豆腐 豆腐 わかめ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 和風だしの素	■ 大根の中華スープ 大根 人参 かいわれ大根 うすくち醤油 塩 鶏がらスープ	■ かぼちゃの白和え 木綿豆腐 かぼちゃ ほうれん草 薄口醤油 砂糖 和風だしの素 すりごま	■ 大根 人参 かいわれ大根 うすくち醤油 塩 鶏がらスープ	■ 小松菜の味噌汁 小松菜 刻み揚げ みそ 和風だしの素	■ 鮎のすまし汁 鮎 たまねぎ 万能ねぎ 塩 うすくち醤油 和風だしの素	■ フルーツ(オレンジ) オレンジ
■ 牛乳 牛乳	■ 牛乳 牛乳	■ お茶 麦茶	■ 牛乳 牛乳	■ 牛乳 牛乳	■ 牛乳 牛乳	■ 牛乳 牛乳	■ 牛乳 牛乳	■ お茶 麦茶	■ 牛乳 牛乳	■ 牛乳 牛乳	■ 牛乳 牛乳
■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ マカロニのチーズ焼き マカロニ サラダ油 塩 トマトピューレ パン粉 パルメザンチーズ	■ 塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ ポップコーン(あおさ) ポップコーン サラダ油 塩 あおさ	■ アップルパイ 餃子の皮 りんご 砂糖 サラダ油	■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ じゃこのトースト 食パン しらす エッグケア あおさ すりごま	■ 牛しぐれおにぎり 米 合挽 人参 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 すりごま	■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 野菜蒸しパン 野菜ジュース ホットケーキミックス サラダ油	■ かぼちゃクッキー かぼちゃ 小麦粉 片栗粉 砂糖 マーガリン

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。