

10月 献立表

(株)愛児舎アンファンシエリ

日付	曜日	献立名	材 料	おやつ
2	16 30	月 御飯 みそ汁 肉じゃが 酢の物(胡瓜、ワカメ)	七分つき米 油揚げ、切り干しだいこん、万能ねぎ 牛肉 じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、 きゅうり、わかめ、ごま、かにかまぼこ	牛乳 月見うどん/月見団子 うどん、にんじん、油揚げ、ねぎ、うずら卵 白玉粉
3	17 31	火 食パン(パン粥) 豆乳コーンスープ ミートローフ キャベツとりんごのサラダ(柿) (ハロウィンお楽しみ献立)	酵母パン 豆乳、コーン缶、パセリ 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、卵 キャベツ、りんご、干しぶどう、(かき)	ピラフ(カレー風味) 米、ツナ、参 (ハロウィンお楽しみ) 牛乳
4	18	水 御飯 みそ汁(大根・あげ) 車麩の卵とじ もやしの酢の物	七分つき米 だいこん、だいこん(葉)、油揚げ、 車ふ、たまねぎ、豚肉、みつば 卵 もやし、きゅうり、しらす干し、ごま	牛乳 りんごケーキ 小麦粉、牛乳、卵、りんご、バター
5	19	木 御飯 きくらげスープ マーボー豆腐 きゅうりの塩もみ	七分つき米 ねぎ、ザーサイ、黒きくらげ、ベーコン 木綿豆腐、たまねぎ、干しいたけ、しょうが、にんにく、豚ひき肉、万能ねぎ きゅうり	牛乳 グラノーラ コーンフレーク、グラノーラ
6	20	金 御飯 みそ汁 鮭塩焼き 野菜炒め/果物	七分つき米 こまつな、豆腐、わかめ、 さけ、 キャベツ 人参 ベーコン /巨峰	牛乳 ジャムサンド 食パン、ジャム
7	21	土 ミートスパゲティー レタススープ ヨーグルト	スパゲティー、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、チーズ たまねぎ、レタス、パセリ粉 ヨーグルト	牛乳 菓子等 せんべい、ビスケット
	23	月 御飯 みそ汁 根菜と鶏肉の煮物 果物	七分つき米 生揚げ、ほうれんそう、 鶏もも肉、にんじん、れんこん、ごぼう、さといも、いんげん、こんにやく バナナ	牛乳 お好み焼き 小麦粉、卵、ハム、キャベツ、葱、青のり、おかつ
10	24	火 御飯 みそ汁(キャベツ) カレイのおろし煮 ほうれん草とコーンのナムル	七分つき米 キャベツ、わかめ、油揚げ かれい、しょうが、だいこん ほうれんそう、コーン缶、にんじん、もやし、ごま、	牛乳 栗蒸しパン 小麦粉、牛乳、栗 卵
11	25	水 ターメリックライス キーマカレー オクラスープ キャベツピクルス風	米、バター、ターメリック粉 豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、にんにく、ピーマン、セロリー、パプリカ オクラ コーン キャベツ、レッドキャベツ、ピクルス	フルーツヨーグルト ヨーグルト、バナナ、みかん缶、りんご、
12	26	木 ごはん さつま汁 さわらのごま照り焼き 果物	米 鶏もも肉、さつまいも、だいこん、油揚げ、ねぎ、 さわら、ごま かき/なし	牛乳 マカロニきな粉 マカロニ きな粉
13	27	金 食パン きのこのクリームシチュー ポイルブロッコリーサラダ	食パン 鶏もも肉、しめじ、エリンギ、しいたけ、じゃがいも、たまねぎ、コーン缶、にんじん、牛乳、 ブロッコリー、ツナ缶	牛乳 舞茸ご飯/さつま芋ごはん 米、舞茸 人参・さつま芋
14	28	土 豚丼 ほうれん草スープ 果物	米、豚肉にんにく、しょうが、万能ねぎ、たまねぎ、 ほうれんそう、ねぎ、生揚げ、コーン缶、にんじん オレンジ	牛乳 菓子等 せんべい、ビスケット

* 都合により献立が変更になる場合がありますがご了承ください。