



平成30年度 10月給食よていこんだて <豊中みどり幼稚園 2号>



日付	こんだて名			ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート				
1日 月曜日	ピラフ		ハムステーキ 南瓜サラダ 野菜とお豆のスープ みかん缶	米、油 マヨネーズ	鶏肉 ハムステーキ 大豆	玉ねぎ、人参、コーン グリーンピース、みかん缶 南瓜、枝豆、ブロッコリー	コンソメ
2日 火曜日	ゆかりごはん	サバのみそ煮	インゲンのあつさり炒め キャベツの磯和え 里芋と絹さやのすまし汁 パイン	米、砂糖 油、里芋	サバ、みそ のり	ゆかり粉、生姜、絹さや インゲン、玉ねぎ、パイン コーン、キャベツ、人参、胡瓜	みりん 酢
3日 水曜日	お弁当の日						
4日 木曜日	黒糖ロール	チキンチャップ	ごぼうサラダ フライドポテト 牛乳 ピーマンとコーンのスープ マカロニきな粉	パン、油、砂糖 マヨネーズ、ごま カットポテト、マカロニ	鶏肉 牛乳 きな粉	玉ねぎ、ごぼう、人参 枝豆、ピーマン、コーン 大根	ケチャップ コンソメ
5日 金曜日	ふりかけごはん	豚肉と白菜の旨煮	人参とちくわの金平 もやしと小松菜のごま和え 豆腐とねぎのみそ汁 ハナナヨーグルト	米、ふりかけ 砂糖、ごま油 ごま	豚肉、ちくわ 豆腐、みそ ヨーグルト	白菜、人参、コーン もやし、小松菜 ねぎ、バナナ	みりん
6日 土曜日	あんかけうどん		さつま芋の金平 パイン缶	うどん、片栗粉 さつま芋、ごま油 砂糖	鶏肉	白菜、椎茸、人参 ねぎ、絹さや パイン缶	みりん
8日 月曜日	体育の日						
9日 火曜日	ハヤシライス		ウインナー ブロッコリーのおかか和え フライドおさつ オレンジジュース	米、油 ハヤシルウ さつま芋	豚肉 ウインナー かつお節	玉ねぎ、人参、コーン マッシュルーム、ブロッコリー グリーンピース、オレンジジュース	ケチャップ
10日 水曜日	和風ベーコンスパゲティー		チキンナゲット フレンチサラダ コーンスープ フルーツカクテル	スパゲティー、油	ベーコン チキンナゲット	玉ねぎ、ほうれん草、パセリ粉 キャベツ、胡瓜、人参 コーン、フルーツカクテル	ケチャップ フレンチドレッシング コンソメ、みりん
11日 木曜日	ロールパン	白身魚のマヨ焼き	南瓜と枝豆のソテー 海藻サラダ 牛乳 インゲンとコーンのスープ ぶどうゼリー	パン、油 マヨネーズ 砂糖	タラ 牛乳 海藻、ゼラチン	パセリ粉、枝豆、南瓜 大根、胡瓜、コーン インゲン、ぶどうジュース	和風ドレッシング コンソメ みりん
12日 金曜日	ふりかけごはん	チキンカツ	高野豆腐の煮物 大根とほうれん草の酢みそ和え わかめとごぼうのすまし汁 白桃缶	米、油、パン粉 小麦粉、ふりかけ 砂糖	鶏肉、みそ 高野豆腐 わかめ	椎茸、グリーンピース 大根、ほうれん草 人参、ごぼう、白桃缶	ウスターソース 酢 みりん
13日 土曜日	豚丼		うの花 みかん缶	米、砂糖、油	豚肉 油揚げ、おから	玉ねぎ 人参、椎茸、ねぎ みかん缶	
15日 月曜日	お弁当の日						
16日 火曜日	わかめごはん	バーベキューチキン	ポテトサラダ ほうれん草とパプリカのソテー オニオンスープ フルーツカクテル	米、砂糖、油 じゃが芋 マヨネーズ	炊込みわかめ 鶏肉	枝豆、コーン、人参 ほうれん草、キャベツ、パセリ粉 パプリカ、玉ねぎ、フルーツカクテル	コンソメ ケチャップ
17日 水曜日	お弁当の日						
18日 木曜日	自分で作ろうメンチカツバーガー		白菜とカニカマのサラダ マカロニソテー じゃが芋のスープ 牛乳 パイン缶	パン、油 マカロニ じゃが芋	メンチカツ カニカマ 牛乳	キャベツ、白菜 コーン、人参、玉ねぎ ピーマン、インゲン、パイン缶	ウスターソース ケチャップ、コンソメ 和風ドレッシング
19日 金曜日	さんま炊き込みご飯	千草焼き	小松菜と揚げの煮浸し ひじき豆 貝だくさんみそ汁 柿	米、油 砂糖 里芋	さんま、卵 鶏肉、油揚げ ひじき、大豆、みそ	大根、生姜、ねぎ、大根、ごぼう 人参、椎茸、小松菜、絹さや もやし、グリーンピース、柿	みりん
20日 土曜日	ホットドック		もやしのスープ 黄桃缶	パン	ウインナー	キャベツ、人参 もやし、パセリ粉 黄桃缶	ケチャップ コンソメ
22日 月曜日	お弁当の日						
23日 火曜日	ふりかけごはん	豚肉とれんこんの スタミナ炒め	インゲンのゆかり和え 切干大根の煮物 里芋とわかめのみそ汁 みかん缶	米、ふりかけ 油、砂糖 里芋	豚肉 わかめ みそ	れんこん、玉ねぎ、グリーンピース ピーマン、にんにく、椎茸、切干大根 インゲン、人参、ゆかり粉、みかん缶	みりん
24日 水曜日	お弁当の日						
25日 木曜日	ロールパン	ガーリックチキン	じゃが芋と枝豆のソテー ポイルブロッコリー 牛乳 南瓜入りクリームシチュー プリン	パン、油 プリンの素、じゃが芋 シチューミックス	鶏肉 ウインナー 牛乳、ホイップクリーム	南瓜、人参、玉ねぎ グリーンピース、枝豆、にんにく ブロッコリー、パセリ粉、さくらんぼ	コンソメ みりん
26日 金曜日	菜めしごはん	さわらの幽庵焼き	大根とがんもの煮物 酢の物 麩とねぎのみそ汁 オレンジ	米、砂糖 ごま 麩	さわら がんも、糸切昆布 みそ	菜めし、レモン汁 大根、もやし、人参 胡瓜、ねぎ、オレンジ	みりん 酢
27日 土曜日	キャベツとウインナーのスパゲティー		キャロットサラダ パイン缶	スパゲティー、油	ウインナー ツナ缶	キャベツ、玉ねぎ ピーマン、にんにく 胡瓜、人参、パイン缶	コンソメ 和風ドレッシング
29日 月曜日	みそ煮込みうどん		ちくわの磯辺揚げ キャベツのしらす和え りんごケーキ	うどん、小麦粉 油、砂糖 ホットケーキの素	鶏肉、かまぼこ 油揚げ、ちくわ、牛乳 青のり、みそ、しらす	白菜、椎茸、ねぎ キャベツ、小松菜 りんご	みりん
30日 火曜日	ゆかりごはん	揚げ魚の和風あんかけ	チンゲン菜とえびのソテー ほうれん草の白和え さつま芋と椎茸のみそ汁 フルーツカクテル	米、片栗粉、油 ごんにやく、ごま 砂糖、さつま芋	ホキ えび 豆腐、みそ	ゆかり粉、生姜、人参 ピーマン、玉ねぎ、ほうれん草 チンゲン菜、椎茸、フルーツカクテル	みりん
31日 水曜日	チキンライス		フルーツサラダ ミニ野菜コロッケ 南瓜のコンソメスープ 黄桃缶	米、油 マヨネーズ	鶏肉 ミニ野菜コロッケ	玉ねぎ、人参、キャベツ グリーンピース、胡瓜、柿 南瓜、コーン、パセリ粉、黄桃缶	コンソメ ケチャップ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



平成30年度 10月給食よていこんだて <豊中みどり幼稚園 1号>



日付	こんだて名			ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート				
1日 月曜日	ピラフ		ハムステーキ 南瓜サラダ 野菜とお豆のスープ みかん缶	米、油 マヨネーズ	鶏肉 ハムステーキ 大豆	玉ねぎ、人参、コーン グリーンピース、みかん缶 南瓜、枝豆、ブロッコリー	コンソメ
2日 火曜日	ゆかりごはん	サバのみそ煮	インゲンのあっさり炒め キャベツの磯和え 里芋と絹さやのすまし汁 パイン	米、砂糖 油、里芋	サバ、みそ のり	ゆかり粉、生姜、絹さや インゲン、玉ねぎ、パイン コーン、キャベツ、人参、胡瓜	みりん 酢
4日 木曜日	黒糖ロール	チキンチャップ	ごぼうサラダ フライドポテト 牛乳 ピーマンとコーンのスープ マカロニきな粉	パン、油、砂糖 マヨネーズ、ごま カットポテト、マカロニ	鶏肉 牛乳 きな粉	玉ねぎ、ごぼう、人参 枝豆、ピーマン、コーン 大根	ケチャップ コンソメ
5日 金曜日	ふりかけごはん	豚肉と白菜の旨煮	人参とちくわの金平 もやしと小松菜のごま和え 豆腐とねぎのみそ汁 パナナヨーグルト	米、ふりかけ 砂糖、ごま油 ごま	豚肉、ちくわ 豆腐、みそ ヨーグルト	白菜、人参、コーン もやし、小松菜 ねぎ、バナナ	みりん
8日 月曜日	体育の日						
9日 火曜日	ハヤシライス	ウインナー ブロッコリーのおかか和え フライドおさつ オレンジジュース	ウインナー ブロッコリーのおかか和え フライドおさつ オレンジジュース	米、油 ハヤシルウ さつま芋	豚肉 ウインナー かつお節	玉ねぎ、人参、コーン マッシュルーム、ブロッコリー グリーンピース、オレンジジュース	ケチャップ
10日 水曜日	和風ベーコンスパゲティ	チキンナゲット フレンチサラダ コーンスープ フルーツカクテル	チキンナゲット フレンチサラダ コーンスープ フルーツカクテル	スパゲティ、油	ベーコン チキンナゲット のり	玉ねぎ、ほうれん草、パセリ粉 キャベツ、胡瓜、人参 コーン、フルーツカクテル	ケチャップ フレンチドレッシング コンソメ、みりん
11日 木曜日	ロールパン	白身魚のマヨ焼き	南瓜と枝豆のソテー 海藻サラダ 牛乳 インゲンとコーンのスープ ぶどうゼリー	パン、油 マヨネーズ 砂糖	たら 牛乳 海藻、ゼラチン	パセリ粉、枝豆、南瓜 大根、胡瓜、コーン インゲン、ぶどうジュース	和風ドレッシング コンソメ みりん
12日 金曜日	ふりかけごはん	チキンカツ	高野豆腐の煮物 大根とほうれん草の酢みそ和え わかめとごぼうのすまし汁 白桃缶	米、油、パン粉 小麦粉、ふりかけ 砂糖	鶏肉、みそ 高野豆腐 わかめ	椎茸、グリーンピース 大根、ほうれん草 人参、ごぼう、白桃缶	ウスターソース 酢 みりん
16日 火曜日	わかめごはん	バーベキューチキン	ポテトサラダ ほうれん草とパプリカのソテー オニオンスープ フルーツカクテル	米、砂糖、油 じゃが芋 マヨネーズ	炊込みわかめ 鶏肉	枝豆、コーン、人参 ほうれん草、キャベツ、パセリ粉 パプリカ、玉ねぎ、フルーツカクテル	コンソメ ケチャップ
18日 木曜日	自分で作ろうメンチカツバーガー	白菜とカニカマのサラダ マカロニソテー じゃが芋のスープ 牛乳 パイン缶	白菜とカニカマのサラダ マカロニソテー じゃが芋のスープ 牛乳 パイン缶	パン、油 マカロニ じゃが芋	メンチカツ カニカマ 牛乳	キャベツ、白菜 コーン、人参、玉ねぎ ピーマン、インゲン、パイン缶	ウスターソース ケチャップ、コンソメ 和風ドレッシング
19日 金曜日	さんま炊き込みご飯	千草焼き	小松菜と揚げの煮浸し ひじき豆 貝だくさんみそ汁 柿	米、油 砂糖 里芋	さんま、卵 鶏肉、油揚げ ひじき、大豆、みそ	大根、生姜、ねぎ、大根、ごぼう 人参、椎茸、小松菜、絹さや もやし、グリーンピース、柿	みりん
23日 火曜日	ふりかけごはん	豚肉とれんこんの スタミナ炒め	インゲンのゆかり和え 切干大根の煮物 里芋とわかめのみそ汁 みかん缶	米、ふりかけ 油、砂糖 里芋	豚肉 わかめ みそ	れんこん、玉ねぎ、グリーンピース ピーマン、にんにく、椎茸、切干大根 インゲン、人参、ゆかり粉、みかん缶	みりん
25日 木曜日	ロールパン	ガーリックチキン	じゃが芋と枝豆のソテー ポイルブロッコリー 牛乳 南瓜入りクリームシチュー プリン	パン、油 プリンの素、じゃが芋 シチューミックス	鶏肉 ウインナー 牛乳、ホイップクリーム	南瓜、人参、玉ねぎ グリーンピース、枝豆、にんにく ブロッコリー、パセリ粉、さくらんぼ缶	コンソメ みりん
26日 金曜日	菜めしごはん	さわらの幽庵焼き	大根とがんもの煮物 酢の物 麩とねぎのみそ汁 オレンジ	米、砂糖 ごま 麩	さわら がんも、糸切昆布 みそ	菜めし、レモン汁 大根、もやし、人参 胡瓜、ねぎ、オレンジ	みりん 酢
29日 月曜日	みそ煮込みうどん	ちくわの磯辺揚げ キャベツのしらす和え りんごケーキ	ちくわの磯辺揚げ キャベツのしらす和え りんごケーキ	うどん、小麦粉 油、砂糖 ホットケーキの素	鶏肉、かまぼこ 油揚げ、ちくわ、牛乳 青のり、みそ、しらす	白菜、椎茸、ねぎ キャベツ、小松菜 りんご	みりん
30日 火曜日	ゆかりごはん	揚げ魚の和風あんかけ	チンゲン菜とえびのソテー ほうれん草の白和え さつま芋と椎茸のみそ汁 フルーツカクテル	米、片栗粉、油 こんにゃく、ごま 砂糖、さつま芋	ホキ えび 豆腐、みそ	ゆかり粉、生姜、人参 ピーマン、玉ねぎ、ほうれん草 チンゲン菜、椎茸、フルーツカクテル	みりん
31日 水曜日	チキンライス	フルーツサラダ ミニ野菜コロッケ 南瓜のコンソメスープ 黄桃缶	フルーツサラダ ミニ野菜コロッケ 南瓜のコンソメスープ 黄桃缶	米、油 マヨネーズ	鶏肉 ミニ野菜コロッケ	玉ねぎ、人参、キャベツ グリーンピース、胡瓜、柿 椎茸、コーン、パセリ粉、黄桃缶	コンソメ ケチャップ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

