様式F106

さんいく保育園清澄白河(一般)

2018年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1	2	3	4	5	6
昼食	カレーライス、ビーンズサラダ、キャベツのスープ、バナナ	胚芽ごはん、肉じゃが、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁(なめこ・長葱)、オレンジ	ごはん、鶏の唐揚げ、もやしと人参のナムル、ワンタンスープ、バナナ	くりごはん、鮭の照り焼き、ひじきサラダ、すまし汁（豆腐・ねぎ）、梨	ほうれん草パン、タンドリーチキン、ビーフンサラダ、オニオンスープ、バナナ	カレーうどん、キャベツのサラダ、バナナ
午後	牛乳、豆乳くずもち	牛乳、揚げパン（シュガー）	牛乳、さつまいものバター焼き	牛乳、マカロニのきな粉和え	牛乳、せんべい・小魚	牛乳、シュガートースト
午前	8	9	10	11	12	13
昼食		焼肉丼、和風サラダ、みそ汁(わかめ、玉ねぎ)、バナナ	ロールパン、チキンのケチャップ焼き、キャベツのサラダ、すまし汁（麸・万能ねぎ）、柿	ごはん、松風焼き、ブロッコリーサラダ、すまし汁（しいたけ・もやし）、バナナ	ごはん、魚の香味焼き、青菜の納豆和え、みそ汁（大根・油揚げ）、オレンジ	ナポリタン、じゃがいものカレーソテー、野菜スープ、バナナ
午後		牛乳、オレンジゼリー、クラッカー	牛乳、タ焼けおにぎり	牛乳、ジャムサンド	牛乳、胚芽クッキー・ラムネ	牛乳、ホットケーキ
午前	15	16	17	18	19	20
昼食	チキンピラフ、ツナサラダ、すまし汁（小松菜・玉ねぎ）、バナナ	マーボー豆腐丼、キャベツの中華和え、すまし汁（麸・ねぎ）、オレンジ	ホットドック、ポテトサラダ、きのこのスープ、バナナ	ごはん、カジキマグロのステーキ、春雨ソテー、みそ汁（わかめ・大根）、オレンジ	ごはん、油淋鶏、中華風あえ物、みそ汁（えのき・玉ねぎ）、バナナ	きつねうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、お麸ラスク	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、マーブルケーキ	牛乳、大学芋	牛乳、せんべい・小魚	牛乳、シュガートースト
午前	22	23	24	25	26	27
昼食	ハヤシライス、マカロニサラダ、大根スープ、バナナ	ごはん、さばのみそ焼き、彩野菜のおかか和え、すまし汁（麸・えのき）、梨	焼き鶏丼、ほうれん草のナムル、みそ汁(豆腐・万能ねぎ)、オレンジ	ごはん、豚肉の生姜焼き、コールスロー、みそ汁（じゃがいも・玉ねぎ）、りんご	チーズパン、ローストチキン、ポパイサラダ、すまし汁（えのき・しめじ）、バナナ	焼きそば、フレンチサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、いちごパンケーキ	牛乳、ひじきおにぎり	牛乳、シュガーパイ	牛乳、ぶどうゼリー、せんべい	牛乳、胚芽クッキー・ラムネ	牛乳、ココアホットケーキ
午前	29	30	31			
昼食	ツナチャーハン、春雨サラダ、すまし汁（大根・油揚げ）、バナナ	ごはん、白身魚の香味焼き、花野菜のゆかり和え、芋煮、柿	ごはん、チンジャオロース、切干し大根の酢の物、中華スープ（にら・もやし）、りんご			
午後	牛乳、マヨチーズトースト	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、かぼちゃクッキー			