

★ 10月 ひよこ・かえで 献立表 ★

	1 土	3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土			
<div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-right: 10px;">★</div> <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">スポーツの日</h2> </div> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-left: 10px;">★</div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■牛丼 米 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■ほうれん草の和えもの にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鯖の塩こうじ焼き さけ 塩こうじ ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさや 削りぶし さとう ■オクラのツナ和え オクラ にんじん ツナ水煮 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■白身魚の唐揚げ ホキ さとう 濃口しょうゆ ■キャノーラ油 にんじん プロッコリー 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■みそどん うどん ■酒 とりにく たまねぎ にんじん えみ みそ だし昆布 削りぶし ■金ご みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ドライカレー 米 肉 肉 肉 たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ ■昆布 削りぶし ■小松菜の和え物 小松菜 にんじん 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■豚丼 米 ■たにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ ■昆布 削りぶし ■小松菜の和え物 小松菜 にんじん 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん にら みそ 濃口しょうゆ ■キャノーラ油 ひじき にんじん あぶら さとう 濃口しょうゆ ■削りぶし 汁 ■すまし だし昆布 削りぶし 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ナポリタン スパゲティ 豚肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト ケチャップ さとう ■キャノーラ油 しお ■ミニポテト プロッコリー にんじん ウイーン しお 	<ul style="list-style-type: none"> ■カツカレー 米 じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 醤油 ■しお だいず フレーク かたくり粉 こめ粉 ■キャノーラ油 ■コーン サラダ マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■鶏のずき焼き風 米 とりにく たまねぎ にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■オクラの和え物 オクラ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 					
<div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-right: 10px;">★</div> <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">お弁当の日</h2> </div> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-left: 10px;">★</div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 			
<div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-right: 10px;">★</div> <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">お弁当の日</h2> </div> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-left: 10px;">★</div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■抹茶クッキー こめ粉 抹茶 バター マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お菓子のラスク マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■スイートポテト さつまいも さとう マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 				
<div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-right: 10px;">★</div> <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">お弁当の日</h2> </div> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-left: 10px;">★</div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 だし昆布 しお ■さわらの西京焼き さわら しお ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし ■春雨の酢の物 春雨 はなわ みそ だし昆布 削りぶし ■すまし汁 すまし汁 みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■牛肉と玉ねぎの甘辛煮 牛肉 玉ねぎ さとう 濃口しょうゆ ■削りぶし みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし ■小松菜とウィンナーのソテー 小松菜 ウィンナー さとう 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■きつねうどん うどん ■あぶら あげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし ■野菜炒め 野菜 みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 ■プロッコリー 濃口しょうゆ ■インゲン 中華和え さやいんげん にんじん ごま油 ■中薬スープ 中薬 みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■豚丼 米 ■肉 肉 肉 たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ ■昆布 削りぶし ■インゲン 中華和え さやいんげん にんじん ごま油 ■中薬スープ 中薬 みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さけ 塩 ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ■殺物酢 殺物 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉のトマト煮 ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン プロッコリー トマト ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ■ほうれん草のマヨ和え ほうれん草 マヨネーズ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■小豆中華め ぶたにく きぬさや にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし ■奥だくさん味噌汁 奥だくさん 味噌 だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■パンキンカレーライス 米 とりにく かぼちゃ たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 ■プロッコリー 濃口しょうゆ ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■豚肉の生姜焼き 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■インゲン 中華和え さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる みそ はなわ みそ だし昆布 削りぶし 						
<div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-right: 10px;">★</div> <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">お弁当の日</h2> </div> <div style="writing-mode: vertical-rl; font-size: 2em; margin-left: 10px;">★</div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(カクテル缶) フルーツ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■かぼちゃクッキー こめ粉 かぼちゃ マーガリン さとう キャノーラ油 ■牛乳 牛乳