

平成20年10月		こんだてひょう		日野市立保育園		
日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	お や つ	主 な 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を 整える)
1 (水)	フルーツミックス ゼリー	ひじきごはん 鶏肉の照り焼き 白菜の煮びたし きのこのみそ汁	ゆで果物 菓子	ひじき、油揚げ、鶏肉、 みそ、牛乳	米、砂糖、油、栗	にんじん、はくさい、 ほうれんそう、ねぎ、 しいたけ、まいたけ、 なめこ、果物
2 (木)		杏ジャムコッペパン 粉ふき芋 マカロニのクリーム煮 かぶのスープ	コーンマフィン	いか、えび、牛乳、 スキムミルク、卵	パン、あんずジャム、 じゃが芋、マカロニ、 油、バター、小麦粉、 砂糖	玉ねぎ、にんじん、 しめじ、かぶ、コーン、 かぶの葉
3 (金)		ごはん 鮭のねぎみそ焼き さといもの煮物 豆腐のすまし汁	フルーツヨーグルト	鮭、みそ、牛乳、豆腐、 ヨーグルト	米、砂糖、油、里芋、 こんにゃく	ねぎ、にんじん、 だいこん、いんげん、 ほうれんそう、玉ねぎ、 果物缶、しいたけ
4 (土)		ツナピラフ ミルクスープ 果物	菓子	ツナ、牛乳	米、バター、油、 じゃが芋	玉ねぎ、にんじん、 コーン、グリーンピース、 チンゲン菜、果物
6 (月)	ヨーグルト	ごはん のりの佃煮 豆腐のカレー煮 大根のみそ汁	ピザトースト	のり、豆腐、豚肉、油揚げ、 牛乳、みそ、ベーコン、 チーズ	米、砂糖、油、 かたくり粉、パン	玉ねぎ、にんじん、 しいたけ、グリーンピース、 だいこん、ピーマン、 トマト
7 (火)		やこめ 魚の南蛮漬け 白菜の漬物 白玉ふのすまし汁	みそラーメン	大豆、メルルーサ、 白玉ふ、豚肉、牛乳、 みそ	米、油、砂糖、小麦粉、 かたくり粉、中華種、 ごま油	にんじん、しいたけ、 ねぎ、はくさい、 万能ねぎ、コーン、もやし、 えのきだけ、しょうが
8 (水)		ハッシュドボークライス 大根としらすのサラダ たまごスープ	果物 菓子	豚肉、しらす干し、 たまご、牛乳	米、じゃが芋、油、 バター、小麦粉、 かたくり粉、砂糖	玉ねぎ、にんじん、 マッシュルーム、トマト、 だいこん、コーン、果物、 万能ねぎ、グリーンピース
9 (木)	りんご ジュース	中華丼 もやしのゆかり和え わかめのみそ汁	蒸しじゃが	豚肉、えび、いか、 うずら卵、油揚げ、豆腐、 みそ、牛乳、わかめ	米、油、かたくり粉、 じゃが芋、バター	にんじん、玉ねぎ、 にら、はくさい、 しいたけ、もやし、 キャベツ、ねぎ、ゆかり
10 (金)	豆乳 菓子	二色サンド(ブルーベリー・バター) ミートローフ 温野菜 春雨スープ	〈十三夜献立〉 ごまだれ団子	豚肉、たまご、豆腐、 牛乳、みそ	パン、ブルーベリージャム、 バター、油、春雨、 白玉粉、ごま、砂糖、 かたくり粉、パン粉	玉ねぎ、コーン、 グリーンピース、にんじん、 キャベツ、もやし、にら
11 (土)		スパゲッティナポリタン 野菜スープ 果物	チーズ 菓子	豚肉、チーズ、牛乳	スパゲッティ、油、 じゃが芋	にんじん、玉ねぎ、 コーン、チンゲン菜、 果物
14 (火)	フルーツミックス ゼリー	親子丼 酢のもの 板心のみそ汁	ヨーグルトケーキ	鶏肉、たまご、わかめ、 板心、みそ、牛乳、 ヨーグルト	米、砂糖、油、小麦粉、 バター	にんじん、玉ねぎ、 えのきだけ、みつば、 きゅうり、もやし、なす、 黄桃缶
15 (水)		ごぼうのドライカレー コロコロサラダ かぼちゃのスープ	果物 菓子	豚肉、牛乳	米、バター、油	ごぼう、にんじん、玉ねぎ、 ピーマン、コーン、 干しひょうどう、果物、 だいこん、きゅうり、 かぼちゃ、万能ねぎ
16 (木)	りんご ジュース	ハニーサンド 青菜のソテー 豆腐のそぼろあんかけ キャベツスープ	ポテトの チーズ焼き	豆腐、豚肉、ベーコン、 チーズ、牛乳	パン、バター、油、 はちみつ、ごま油、 かたくり粉、じゃが芋、 砂糖	ピーマン、にんじん、 玉ねぎ、たけのこ、 もやし、青菜、キャベツ

〈目の愛護デー〉 10日(金)

目に良い食品「ブルーベリー」を
使用した「ブルーベリージャムサンド」を作ります。

保育園給食では三笠フーズ等の事故米から
作った食品は使用しておりません。
今後も、おいしく安全・安心な給食を提供
してまいりますのでご安心ください。

🥛のマークは牛乳です。

📅 行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。

1日の平均栄養摂取量 エネルギー 596kcal たんぱく質 21.8g 脂肪 16.9g 塩分 2.6g

平成20年10月		こんだてひょう		日野市立保育園		
日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	お や つ	主 な 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を 整える)
17 (金)		〈食育の日献立〉 栗ごはん さんまの照り焼き 土佐和え かき玉汁 飲むヨーグルト	さつまいもの 揚げまんじゅう	さんま、かつお節、 たまご、のむヨーグルト、 牛乳	米、栗、油、砂糖、ごま、 さつまいも、かたくり粉	もやし、はくさい、 にんじん、玉ねぎ、 えのきだけ、みつば、 しょうが
18 (土)		五目うどん かぼちゃの甘煮 牛乳	菓子	ツナ、牛乳	うどん、砂糖	にんじん、玉ねぎ、 しいたけ、いんげん、 かぼちゃ
20 (月)	ヨーグルト	麻婆豆腐丼 ナムル 中華野菜スープ	炒めビーフン	豆腐、豚肉、わかめ、 牛乳、ベーコン、みそ	米、油、砂糖、ごま油、 ビーフン、かたくり粉	にんじん、しいたけ、ピーマン、 ねぎ、たけのこ、もやし、 グリーンピース、きゅうり、コーン、 玉ねぎ、にら、キャベツ
21 (火)		いちごジャムコッペパン 豆乳クリームシチュー キャベツとひじきのサラダ	麦茶 ちりめんおやき	鶏肉、豆乳、えび、牛乳、 ひじき、ちりめんじゃこ、 スキムミルク	パン、いちごジャム、 バター、油、小麦粉、 ごま、米、じゃが芋、 砂糖	にんじん、玉ねぎ、 マッシュルーム、 グリーンピース、 キャベツ、きゅうり
22 (水)		ごはん かじきのみそマヨネーズ焼き 三色ごま和え けんちん汁	果物 菓子	めかじき、みそ、豆腐、 牛乳	米、マヨネーズ、油、 ごま、砂糖、さといも	キャベツ、ほうれんそう、 にんじん、ごぼう、ねぎ、 果物
23 (木)	麦茶 菓子	チキンライス 大根とコーンのサラダ チンゲン菜のスープ	日野産 りんごのケーキ	鶏肉、たまご、牛乳	米、バター、油、砂糖、 小麦粉	りんご、玉ねぎ、にんじん、 グリーンピース、トマト、 だいこん、きゅうり、 コーン、チンゲン菜
24 (金)	りんご ジュース	わかめとちりめんのごはん ツナとかぶの煮物 豚汁	フルーツゼリー 菓子	わかめ、ちりめんじゃこ、 油揚げ、ツナ、みそ、豚肉、 豆腐、牛乳	米、砂糖、油、じゃが芋、 こんにゃく	かぶ、にんじん、ごぼう、 だいこん、ねぎ、果物缶、 かぶの葉
25 (土)		ソース焼きそば 中華スープ 果物	黒糖パン	豚肉、牛乳	中華種、油、パン、 じゃが芋、ごま油	玉ねぎ、にんじん、 もやし、キャベツ、 ピーマン、しいたけ、 チンゲン菜、果物
27 (月)	ヨーグルト	ゆかりごはん 肉じゃが なめこ汁 果物	バタークッキー	豚肉、豆腐、みそ、牛乳	米、じゃが芋、油、砂糖、 バター、小麦粉、 こんにゃく	にんじん、玉ねぎ、 グリーンピース、なめこ、 ねぎ、果物、ゆかり
28 (火)		ごはん 厚揚げのごまだれかけ 青菜の煮びたし 根菜のみそ汁	カレーうどん	生揚げ、みそ、牛乳	米、小麦粉、かたくり粉、 ごま、砂糖、油、うどん	もやし、にんじん、青菜、 だいこん、ごぼう、ねぎ、 玉ねぎ
29 (水)		ごはん おかかぶりかけ 五目たまご焼き ひたし豆 なすのみそ汁	果物 菓子	たまご、かつお節、 ひじき、青大豆、油揚げ、 みそ、牛乳、豆腐	米、油、砂糖、ごま	にんじん、玉ねぎ、 たけのこ、しいたけ、 なす、果物
30 (木)		肉みそスパゲッティ フルーツミックス レタスとトマトのスープ	レーズン入り パンブティング	豚肉、みそ、牛乳、 スキムミルク、たまご	スパゲッティ、油、砂糖、 パン、バター、 かたくり粉	もやし、玉ねぎ、 にんじん、レタス、 トマト、干しひょうどう、 果物缶、しょうが
31 (金)	オレンジ ジュース	小魚ピラフ 青菜のスープ みそドレッシングサラダ	〈ハロウィン〉 パンキンパイ	ちりめんじゃこ、牛乳、 みそ	米、バター、油、砂糖、 じゃが芋、パイ皮	にんじん、玉ねぎ、ピーマン、 キャベツ、きゅうり、もやし、 青菜、えのきだけ、かぼちゃ、 オレンジジュース

〈食育の日献立〉 17日(金)

おひる：くりごはん、さんまのてりやき
とさあえ、かきたまじる
のむヨーグルト

おやつ：さつまいもの
あげまんじゅう
ぎゅうにゅう

○ 日野産りんごを使用
して、おやつにりんご
のケーキを作ります。
○ 23日(木)

🥛のマークは牛乳です。

📅 行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。