

# 折尾幼稚園様 10月給食献立表

1日	火	<b>ヒレカツ</b> 豚ヒレ・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>海鮮野菜炒め</b> エビ・いか・アサリ・キャベツ・人参・玉ねぎ・塩・こしょう	<b>野菜揚げボール</b> 魚のすり身・玉ねぎ・砂糖・醤油・みりん・片栗粉	<b>スパゲッティサラダ</b> スパゲッティ・胡瓜・塩・コショウ・マヨネーズ	ごはん ふりかけ
2日	水	<b>チキン南蛮</b> 鶏肉・片栗粉・塩・こしょう・南蛮酢・タルタルソース	<b>焼きビーフン</b> ビーフン・豚肉・キャベツ・塩・こしょう・砂糖・醤油	<b>レンコン煮</b> レンコン・砂糖・みりん・薄口醤油	<b>卵焼き</b> 卵・塩・コショウ	ごはん ふりかけ
3日	木	<b>デミハンバーグ</b> 合挽肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉・塩・こしょう・デミグラスソース	<b>イカフライ</b> イカ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉	<b>鶏大根</b> 鶏肉・大根・砂糖・醤油・みりん	<b>コールスローサラダ</b> キャベツ・コーン・塩・こしょう・マヨネーズ	ごはん ふりかけ
4日	金	<b>カレーライス ゼリー</b> 牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ケチャップ・カレー粉・にんにく・生姜・チキンスープ				ごはん
7日	月	<b>メンチカツ</b> 鶏ミンチ・玉ねぎ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉	<b>ナポリタン</b> スパゲッティ・玉ねぎ・しめじ・塩・こしょう・ケチャップ	<b>玉子ロール</b> 卵・塩・こしょう・砂糖・醤油	<b>豆サラダ</b> うずら豆・百インゲン豆・ひよこ豆・砂糖・みりん・薄口醤油	ごはん ふりかけ
8日	火	<b>チキンステーキ</b> 鶏肉・塩・こしょう	<b>串カツ</b> 豚肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>キンピラごぼう</b> ゴボウ・人参・砂糖・みりん・醤油・ゴマ油	<b>ナムルサラダ</b> もやし・人参・砂糖・みりん・醤油・ゴマ油	ごはん ふりかけ
9日	水	<b>牛焼肉</b> 牛肉・人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし・塩・こしょう・砂糖・みりん・醤油	<b>ミートオムレツ</b> 鶏ミンチ・玉ねぎ・卵・塩・こしょう・砂糖	<b>小松菜煮浸し</b> 小松菜・人参・揚げ・砂糖・みりん・薄口醤油	<b>ウインナー</b> ウインナー・塩・こしょう・鶏ガラスープ	ごはん ふりかけ
10日	木	<b>照焼きポーク</b> 豚肉・玉ねぎ・酒・みりん・醤油	<b>塩サバ</b> サバ・塩	<b>インゲン丸天煮</b> インゲン・丸天・砂糖・醤油・みりん	<b>筍おかか煮</b> 筍・砂糖・みりん・薄口醤油・かつお節	ごはん ふりかけ
11日	金	<b>白身フライ</b> ホキ・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>ハムステーキ</b> ハム・塩・こしょう	<b>ごぼう巻き</b> ごぼう天・砂糖・醤油・みりん		パン ジュース
15日	火	<b>とり天</b> 鶏肉・小麦粉・塩	<b>塩焼きそば</b> 焼きそば麺・豚肉・キャベツ・人参・塩・こしょう	<b>ブロッコリーニンニク炒め</b> ブロッコリー・にんにく・塩・コショウ	<b>切り干し大根</b> 切干大根・人参・揚げ・砂糖・みりん・薄口醤油	ごはん ふりかけ
16日	水	<b>コロッケ</b> 牛肉・じゃがいも・人参・塩・こしょう・小麦粉・パン粉	<b>牛肉ごぼう</b> 牛肉・ごぼう・砂糖・みりん・醤油	<b>カニカマ玉子巻</b> カニカマ・卵・塩・こしょう・砂糖・醤油	<b>春雨サラダ</b> 春雨・人参・胡瓜・ドレッシング	ごはん ふりかけ
17日	木	<b>ゴマ豚しゃぶ</b> 豚肉・キャベツ・人参・もやし・塩・こしょう・ゴマドレ	<b>海老カツ</b> エビ・魚のすり身・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>あさりひじき煮</b> あさり・ひじき・人参・砂糖・醤油・みりん	<b>マカロニサラダ</b> マカロニ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・こしょう	ごはん ふりかけ
18日	金	<b>鶏の唐揚げ</b> 鶏肉・塩・こしょう・酒・醤油・生姜・にんにく・片栗粉	<b>豆腐ステーキ</b> 豆腐・塩・こしょう・砂糖・みりん・醤油	<b>南瓜そぼろ</b> 南瓜・鶏ひき肉・砂糖・みりん・醤油		パン ジュース
22日	火	<b>おろしハンバーグ</b> 合挽肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>トマトペンネ</b> 玉ねぎ・ベーコン・ペンネ・塩・こしょう・トマトソース	<b>ポテナゲ</b> じゃがいも・鶏肉・塩・こしょう・小麦粉	<b>海草サラダ</b> 胡瓜・人参・わかめ・ドレッシング	ごはん ふりかけ
23日	水	<b>すきやき</b> 牛肉・人参・豆腐・玉ねぎ・砂糖・みりん・醤油	<b>串カツ</b> 豚肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>さつまあげ</b> さつまあげ・砂糖・醤油・みりん	<b>もやしソテー</b> もやし・塩・こしょう・みりん・醤油	ごはん ふりかけ
24日	木	<b>チキントマト煮</b> 鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・塩・こしょう・トマトソース	<b>明太子スパゲッティ</b> スパゲッティ・玉ねぎ・しめじ・塩・こしょう・明太子	<b>ロールキャベツ</b> 豚ひき肉・玉ねぎ・キャベツ・塩・こしょう・鶏ガラスープ	<b>おくらおかか</b> おくら・かつお節・砂糖・みりん・薄口醤油	ごはん ふりかけ
25日	金	<b>カレーライス ゼリー</b> 牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ケチャップ・カレー粉・にんにく・生姜・チキンスープ				ごはん
28日	月	<b>ささみかつ</b> 鶏ささみ・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>レンコンキンピラ</b> レンコン・砂糖・みりん・醤油・ゴマ	<b>ハンバーグ</b> 鶏ミンチ・玉ねぎ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉	<b>南瓜煮</b> 南瓜・砂糖・みりん・薄口醤油	ごはん ふりかけ
29日	火	<b>肉じゃが</b> 牛肉・じゃがいも・人参・砂糖・みりん・醤油	<b>クリームコロッケ</b> コーン・玉ねぎ・牛乳・小麦粉・パン粉・塩・こしょう	<b>ほうれん草ソテー</b> ほうれん草・人参・塩・こしょう・醤油	<b>蓮根サラダ</b> 蓮根・人参・練りゴマ・塩・こしょう	ごはん ふりかけ
30日	水	<b>ロースカツ</b> 豚ロース・塩・こしょう・小麦粉・パン粉	<b>ペペロンスパ</b> スパゲッティ・玉ねぎ・しめじ・塩・こしょう・にんにく・醤油	<b>茄子おかか煮</b> 茄子・砂糖・みりん・醤油・かつお節	<b>ミートボール</b> 鶏ミンチ・玉ねぎ・塩・こしょう・砂糖・みりん・醤油	ごはん ふりかけ
31日	木	<b>鶏の唐揚げ</b> 鶏肉・塩・こしょう・酒・醤油・生姜・にんにく・片栗粉	<b>焼きラーメン</b> 豚肉・キャベツ・人参・ラーメン・塩・こしょう	<b>大根煮</b> 大根・砂糖・みりん・薄口醤油	<b>ポテトサラダ</b> ジャガイモ・人参・塩・コショウ・マヨネーズ	ごはん ふりかけ