

10月

献立表



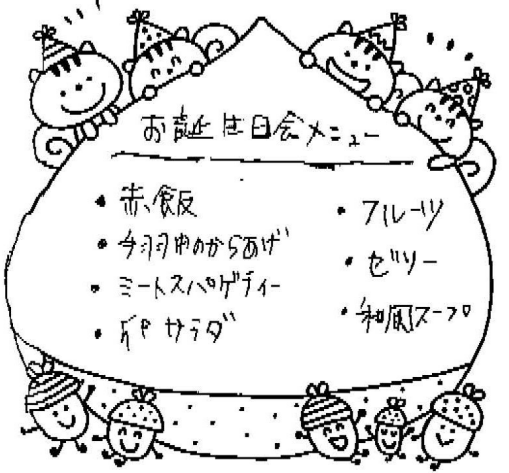
中尾保育所

日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前 0~2歳児	午後
1 木	とり肉のサラダ 小麦粉 オリーブオイル 牛乳	鶏 卵 小麦粉 人参 胡瓜 小麦粉	牛乳 えびせん	牛乳 クッキー
2 金	オムレツ 小麦粉 オリーブオイル 小麦粉	小麦粉 人参 小麦粉 大豆 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 バナナ	牛乳 チーズ
3 土	和風うどん 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 クッキー	牛乳 チーズ
5 月	とり肉のサラダ 小麦粉 オリーブオイル 牛乳	とり肉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 クッキー
6 火	筑前煮 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
7 水	カレー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
8 木	豚のソテー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	豚肉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 クッキー	牛乳 チーズ
9 金	ハヤシシチュー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
10 土	アボカド 小麦粉 小麦粉 小麦粉	アボカド 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
13 火	揚げ物の春雨 小麦粉 小麦粉 小麦粉	揚げ物 春雨 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
14 水	豚のソテー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	豚肉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
15 木	お誕生会		牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
16 金	豆腐のソテー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	豆腐 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
17 土	卵とじ 小麦粉 小麦粉 小麦粉	卵 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
19 月	カレー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
20 火	揚げ物の春雨 小麦粉 小麦粉 小麦粉	揚げ物 春雨 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
21 水	豚のソテー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	豚肉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
22 木	とり肉のサラダ 小麦粉 小麦粉 小麦粉	とり肉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
23 金	オムレツ 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
24 土	ハヤシシチュー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
26 月	筑前煮 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
27 火	揚げ物の春雨 小麦粉 小麦粉 小麦粉	揚げ物 春雨 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
28 水	豚のソテー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	豚肉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
29 木	カレー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
30 金	豆腐のソテー 小麦粉 小麦粉 小麦粉	豆腐 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ
31 土	卵とじ 小麦粉 小麦粉 小麦粉	卵 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉 小麦粉	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ



冬にむけてスーパースタート
替ええよう!

シャワーで体を洗って
湯船に
つかって体を温めよう。
冬の野菜を食べて元気に遊ぼう。



- ・赤飯
- ・今羽根のから揚げ
- ・ミートスパゲティ
- ・卵サラダ
- ・アブリ
- ・セリ
- ・和風スーパースタート