



Menu 2022.10.01-15 Ayame nursery school

日 曜	副 食	食 材	お や つ	
			10時(未満児)	3時(共通)
1 土	 第66回 あやめ保育園 運動会 			
3 月	鮭のカレーピカタ 野菜サラダ チーズ わかめのみそ汁	鮭、卵、パセリ、小麦粉、カレー粉、きゃべつ、きゅうり、にんじん、ピーマン、ホールコーン缶、和風しょうゆごまドレッシング、プロセスチーズ、わかめ、しいたけ、かぼちゃ、たまねぎ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 シリアルヨーグルト	スキムミルク アイスクリーム
4 火	親子丼 南瓜とクリームチーズのサラダ キウイ 豆腐のみそ汁	鶏肉、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、乾しいたけ、油揚げ、板付かまぼこ、いんげんまめ、卵、三温糖、しょうゆ、サラダ油、かぼちゃ、さつまいも、きゅうり、クリームチーズ、くるみ、マヨネーズ、キウイフルーツ、木綿豆腐、わかめ、しめじ、たまねぎ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 オレンジ	牛乳 ほねほねクラッカー
5 水	ごはんの日 豆腐のドライカレー ミニトマト	野菜とコーンの炒め物 梨 ぶどうジュース	牛乳 バームロール	牛乳 ラスク
6 木	スパニッシュオムレツ ごぼうのサラダ バナナ 野菜とベーコンのスープ	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、プロセスチーズ、ピーマン、卵、牛乳、トマトケチャップ、ごぼう、にんじん、きゅうり、ロースハム、ごま、マヨネーズ、バナナ、きゃべつ、たまねぎ、にんじん、ベーコン、しめじ、コンソメ	牛乳 星たべよ	牛乳 アーモンドクッキー
7 金	白身魚のかば焼き 春雨サラダ 枝豆 小松菜の味噌汁	白身魚、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、みりん風調味料、三温糖、はるさめ、にんじん、きゅうり、わかめ、ロースハム、和風ドレッシング、えだまめ(冷凍)、こまつな、たまねぎ、かぼちゃ、わかめ、えのきたけ、煮干し、麦みそ	牛乳 リンゴ	スキムミルク 黄粉マカロニ
8 土	鶏肉の竜田揚げ ひじきの含め煮 パイン キャベツのみそ汁	鶏肉、しょうが、料理酒、うすくちしょうゆ、片栗粉、サラダ油、豚肉、芽ひじき、れんこん(水煮)、だいず(水煮)、にんじん、板こんにやく、油揚げ、三温糖、パインアップル、きゃべつ、たまねぎ、しめじ、わかめ、さつまいも、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 スナックスティック	牛乳 オレンジムース
10 月	ス ポ ー ツ の 日 			
11 火	キャベツと卵の春巻き もやしのごま和え チーズ えのきのみそ汁	春巻きの皮、卵、豚肉、きゃべつ、たまねぎ、中濃ソース、サラダ油、もやし、焼き竹輪、にんじん、きゅうり、三温糖、しょうゆ、ごま、プロセスチーズ、えのきたけ、わかめ、たまねぎ、じゃがいも、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 オレンジ	スキムミルク チョコスコーン
12 水	鮭のチーズ焼き きゅうりとカニカマの酢の物 ミニトマト かき玉汁	鮭、塩こしょう、スライスチーズ、にんじん、きゅうり、かに風味かまぼこ、わかめ、もやし、酢、三温糖、うすくちしょうゆ、ごま、ミニトマト、卵、えのきたけ、たまねぎ、わかめ、煮干し、かつお節、こまつな	牛乳 リンゴ	牛乳 パンプキンケーキ
13 木	きつねうどん エビのかき揚げ パイン	油揚げ、板付かまぼこ、わかめ、煮干し、かつお節、つゆ、うどん、こねぎ、むきえび、長ねぎ、たまねぎ、にんじん、さつまいも、天ぷら粉、サラダ油、パインアップル	牛乳 ビスケット	牛乳 じゃがバター
14 金	たまごコロッケ あっさりサラダ 枝豆 ほうれん草のみそ汁	じゃがいも、たまねぎ、ゆで卵、ツナ缶、にんじん、パン粉、卵、小麦粉、サラダ油、中濃ソース、トマト、プロセスチーズ、きゅうり、にんじん、和風しょうゆごまドレッシング、えだまめ(冷凍)、ほうれん草、しめじ、にんじん、たまねぎ、麦みそ、煮干し	牛乳 キウイ	スキムミルク ぜんざい
15 土	鶏肉の味噌漬け焼き きゅうりとチーズのおかか和え バナナ 野菜の豆乳スープ	鶏肉、米みそ、三温糖、みりん風調味料、料理酒、きゅうり、にんじん、プロセスチーズ、きゃべつ、かつお節、三温糖、しょうゆ、バナナ、きゃべつ、にんじん、たまねぎ、しめじ、豆乳、コンソメ、グリーンピース	牛乳 ウエハース	牛乳 ジャムサンド

