



Menu 2022.10.16-31 Ayame nursery school

日 曜	副 食	食 材	お や つ	
			10時(未満児)	3時(共通)
17 月	白身魚のピカタ 大根と豚ひき肉の炒め煮 キウイ もやしのみそ汁	白身魚、卵、小麦粉、パセリ、豚ひき肉、だいこん、にんじん、しめじ、しょうゆ、料理酒、三温糖、ごま油、キウイフルーツ、もやし、たまねぎ、油揚げ、さつまいも、わかめ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 黒糖パン	スキムミルク フルーチェ
18 火	 くりごはん ささみのとり天といそべ揚げ ひじきとごぼうのツナサラダ わかめとえのきのすまし汁 梨 ミニゼリー		牛乳 白い風船	牛乳 かぼちゃのプリン
19 水	やさいのオープンオムレツ ブロッコリーのおかか和え みかん しいたけのみそ汁	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、とろけるチーズ、卵、豆乳、バター(無塩)、こしょう、トマトケチャップ、ブロッコリー、にんじん、かつお節、きゅうり、きゃべつ、三温糖、しょうゆ、みかん、しいたけ、たまねぎ、えのきたけ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 白桃缶	牛乳 メロンパン
20 木	エビグラタン キャベツのサラダ ぶどう オニオンスープ	むきえび、シャウエッセン、にんじん、ホールコーン缶、ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、バター(無塩)、小麦粉、豆乳、牛乳、パン粉、とろけるチーズ、サラダ油、きゃべつ、にんじん、ツナ缶、きゅうり、マヨネーズ、ぶどう、たまねぎ、えのきたけ、グリーンピース、コンソメ	牛乳 リンゴ	牛乳 じゃがいももち
21 金	白身魚の煮付け ジャーマンポテト パイン むらくも汁	白身魚、しょうが、にんじん、さつまいも、三温糖、しょうゆ、じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、サラダ油、塩こしょう、パインアップル、卵、木綿豆腐、わかめ、たまねぎ、にんじん、煮干し、かつお節、片栗粉、こまつな	牛乳 ミニボルガ	スキムミルク りんごゼリー
22 土	たんたんめん レンコンのきんぴら ミニトマト 枝豆	豚ひき肉、しょうが、たまねぎ、きゅうり、そうめん、こねぎ、めんつゆ、鶏ガラだし、豆乳、ねりごま、ごま油、れんこん、にんじん、ピーマン、しらたき、ごま(白)、しょうゆ、三温糖、ミニトマト、えだまめ(冷凍)	牛乳 バナナ	牛乳 カステラ
24 月	ほうれん草の豆乳キッシュ キャベツの酢の物 キウイ かぼちゃのポターージュ	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、シャウエッセン、卵、豆乳、バター(無塩)、こしょう、トマトケチャップ、きゃべつ、きゅうり、にんじん、板付かまぼこ、三温糖、うすくちしょうゆ、酢、キウイフルーツ、かぼちゃ、さつまいも、たまねぎ、バター(無塩)、コンソメ、牛乳、パセリ	牛乳 ビスコ	スキムミルク フルーツポンチ
25 火	キャベツのしゅうまい ほうれん草とじゃこのおひたし みかん じゃが芋のみそ汁	豚ひき肉、むきえび、しょうが、絹ごし豆腐、長ねぎ、たまねぎ、卵、片栗粉、きゃべつ、サラダ油、ごま油、グリーンピース、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、ちりめんじゃこ、三温糖、しょうゆ、みかん、じゃがいも、しめじ、たまねぎ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 キウイ	牛乳 むしパン
26 水	鶏肉のつくね焼き ちくわのカレー揚げ ミニトマト 厚揚げのみそ汁	鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、れんこん、絹ごし豆腐、卵、うすくちしょうゆ、しょうが、焼き竹輪、カレー粉、天ぷら粉、サラダ油、ミニトマト、厚揚げ、たまねぎ、さつまいも、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 梨	牛乳 黒糖小魚 ハッピータン
27 木	白身魚のトマト煮 ほうれん草ともやしのナムル パイン ワカメスープ	白身魚、塩こしょう、片栗粉、にんじん、ピーマン、じゃがいも、しめじ、たまねぎ、たいず(水煮)、ホールトマト缶、コンソメ、サラダ油、ほうれんそう、もやし、にんじん、きゅうり、しょうゆ、三温糖、鳥がらだし、ごま油、パインアップル、わかめ、たまねぎ、卵、えのきたけ、こねぎ、ごま、中華だし	牛乳 バターロール	牛乳 お芋のホイイルケーキ
28 金	貝だくさん卵焼き ほうれん草とひじきの白和え オレンジ さつま芋のみそ汁	卵、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、めんつゆ、牛乳、芽ひじき、じゃがいも、ほうれんそう、にんじん、板付かまぼこ、ごま、木綿豆腐、米みそ、三温糖、うすくちしょうゆ、ネーブル、さつまいも、たまねぎ、しいたけ、わかめ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 ビスケット	牛乳 ピザトースト
29 土	鮭のホイイル焼き サラダスパゲッティ バナナ 白菜のみそ汁	鮭、たまねぎ、しいたけ、えのきたけ、にんじん、しょうゆ、バター(無塩)、スパゲッティ、にんじん、きゅうり、ローソハム、マヨネーズ、バナナ、はくさい、たまねぎ、かぼちゃ、わかめ、煮干し、麦みそ、こねぎ	牛乳 リンゴ	牛乳 どうぶつボーロ
31 月	ちゃんぽん 大豆の五目煮 梨	豚肉、中華めん、むきえび、いか、乾しいたけ、きくらげ、板付かまぼこ、きゃべつ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、長ねぎ、スキムミルク、中華だし、サラダ油、鶏肉、たいず(水煮)、にんじん、ごぼう、板こんにやく、三温糖、しょうゆ、なし	牛乳 カルシウムせんべい	スキムミルク かぼちゃの豆乳もち

