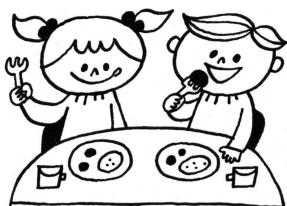




2021年10月の献立(以上児)

日 付	主 食	お か す	午後おやつ	1人あたり エネルギー kcal	脂質 g 食塩相当量	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 (金)	しょくパン	ハンバーグオニオンソース、 イタリアンサラダ クリームシチュー、 オレンジ	ぎゅうにゅう さけおにぎり	671	19.8 3.3	豆乳、豚肉、鶏肉、ハム、牛乳、チーズ 鮭	小麦粉、マーガリン、砂糖、パン粉、油 じゃがいも、澱粉、バター、米	玉ねぎ、しょうが、にんにく、キャベツ セロリ、トマト、オレンジ、きゅうり、人参
4 (月)	ごはん	さわらのさいきょうやき、 ほうれんそうとかくあげのごまあえ、 てりやきミートボール わかめとかまぼこのすましじる、 ベビーパイン	ぎゅうにゅう スイートポテト	630 26.5	21.7 1.8	さわら、みそ、厚揚げ、えんどう豆、鶏肉 たら、いわし、牛乳、卵、豚肉	米、砂糖、ごま、澱粉、さつまいも バター	ほうれん草、玉ねぎ、オレンジ果汁、りんご果汁、トマト にんにく、わかめ、パイナップル、しょうが
5 (火)	ごはん	くろずいりすとり、 シルバーサラダ ちゅうかスープ、 パナナ	ぎゅうにゅう プリン	646 19.2	21.4 2.2	鶏肉、ハム、いわし、かつお節、牛乳、卵	米、油、砂糖、ごま油、澱粉 春雨、マヨネーズ	にんにく、しょうが、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン グリーンピース、ほうれん草、パナナ、レモン果汁
6 (水)	ごはん	スタミナいため、 こまつなとベーコンのあえもの、 みそじゃが はくさいとにんじんのすましじる、 おうとう	ぎゅうにゅう メープルパンケーキ	668 21.9	24.2 2.4	豚肉、ベーコン、みそ、いわし、かつお節 卵、牛乳	米、ごま、ごま油、砂糖、油 じゃがいも、小麦粉、メープルシロップ	りんご果汁、にんにく、レモン果汁、玉ねぎ 小松菜、白菜、黄桃、人参、ピーマン
7 (木)	マーボー豆腐どん	えびシュウマイ、 だいこんとしらすのちゅうかあえ オレンジ	ぎゅうにゅう あげパン	604 22	19.1 2.2	豚肉、豆腐、みそ、えび、たら、枝豆 しらす、牛乳	米、澱粉、ごま油、砂糖、小麦粉、バター	しょうが、にんにく、ねぎ、玉ねぎ、大根 オレンジ
8 (金)	ごはん	しろみざかなフライ、 ポークビーンズ こうや豆腐とこまつなのすましじる、 カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう やきそば	634 25.9	16.9 2.6	たら、豚肉、大豆、高野豆腐、かつお節 ヨーグルト、牛乳、いわし	米、パン粉、澱粉、油、じゃがいも 砂糖、中華麺	玉ねぎ、人参、トマト、パセリ、小松菜 しょうが、キャベツ
11 (月)	ごはん	とりにくのしおこうじやき、 きりぼしだいこんのもの、 ロールたまごやき しめじとにんじんのみそじる、 オレンジ	ぎゅうにゅう フルーツサンド	665 25.5	19.5 2.4	鶏肉、油揚げ、かつお節、卵、みそ、牛乳 豆乳、ホイップクリーム	米、麴、砂糖、小麦粉、マーガリン	切り干し大根、人参、いんげん、しめじ 黄桃、オレンジ、みかん
12 (火)	ひやしうどん	かぼちゃてんぷら、 ちくわのいそべてんぷら にくサラダ、 ベビーパイン	ぎゅうにゅう なまりライス	671 22.2	18 3.1	ハム、いわし、かつお節、ぐち、たら、豚肉 牛乳、ツナ	うどん、小麦粉、澱粉、油、砂糖 米、ごま	ほうれん草、人参、かぼちゃ、あおさ、キャベツ コーン、玉ねぎ、パイナップル、しょうが、きゅうり
13 (水)	ごはん	さんまのやわらかに、 ハムともやしのごますあえ、 メンチカツ チンゲンサイとえのきのみそじる、 かき	ぎゅうにゅう マーマレードケーキ	601 21	17.9 2.1	さんま、ハム、豚肉、みそ、かつお節 牛乳	米、砂糖、ごま、パン粉、澱粉 油、小麦粉	もやし、きゅうり、玉ねぎ、チンゲンサイ、柿 オレンジジュース、みかん、オレンジ、えのき
14 (木)	ロールパン チーズパン	ハンバーグケチャップソース、 ほうれんそうとコーンのソテー、 あおりのポテト キャロットポタージュ、 りんご	ぎゅうにゅう みそだいずおにぎり	688 24.2	22.4 2.6	卵、脱脂粉乳、チーズ、豚肉、鶏肉、牛乳 みそ	小麦粉、砂糖、胚芽、ライ麦、マーガリン バター、じゃがいも、米、ごま、ごま油	アセロラパウダー、玉ねぎ、ほうれん草 りんご、コーン、青のり、人参
15 (金)	ごはん	とりにくのしょうがやき、 キャベツ、 スバゲティーサラダ にらたまじる、 パナナ	むぎちゃ みかんヨーグルト	590 19.8	20.8 1.8	鶏肉、ハム、卵、いわし、かつお節 ヨーグルト	米、砂糖、スバゲティ、マヨネーズ、澱粉	しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり、人参 にら、パナナ、レモン果汁、みかん果汁、ねぎ
18 (月)	ハヤシライス	プレーンオムレツ、 ひじきとえだまめのサラダ ベビーパイン	ぎゅうにゅう コーンフレーク	627 20.6	24.7 3.2	豚肉、卵、枝豆、牛乳	米、小麦粉、澱粉、砂糖、油 ごま、コーンフレーク	玉ねぎ、トマト、ひじき、人参、コーン、椎茸 パイナップル
19 (火)	ごはん	だんしゃくコロッケ、 キャベツとハムのサラダ、 にんじんあまに とうふとねぎのみそじる、 パナナ	ぎゅうにゅう フルーツボンチ	557 15.2	16 1.4	ハム、豆腐、みそ、かつお節、牛乳	米、小麦粉、パン粉、じゃがいも 油、砂糖、澱粉	玉ねぎ、キャベツ、人参、ねぎ、パナナ、レモン果汁 黄桃、パイナップル、洋梨、りんごジュース
20 (水)	ごはん	にたまごととりにくのさっぱりに、 ブロッコリーのマヨあえ おふとこまつなのみそじる、 オレンジ	ぎゅうにゅう ピザトースト	688 28.1	27.4 3	鶏肉、かつお節、卵、みそ、牛乳、豆乳 ベーコン、チーズ	米、砂糖、マヨネーズ、麴、小麦粉 マーガリン	昆布、いんげん、ブロッコリー、人参、小松菜 トマト、にんにく、玉ねぎ、オレンジ
21 (木)	ラーメン	かいせんしおいため、 ぎょうざ カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう やきおにぎり	593 23.2	15.8 4	えび、大豆、鶏肉、豚肉、ヨーグルト、牛乳 いわし、かつお節	中華麺、砂糖、ごま、ごま油、油 小麦粉、もちごめ、澱粉、米	ねぎ、わかめ、コーン、にんにく、しょうが、筍 チンゲンサイ、エリンギ、キャベツ、玉ねぎ、にら
22 (金)	ごはん	とりのからあげ、 あつやきたまご、 マカロニサラダ ベビーパイン、 ぎゅうにゅう	むぎちゃ フルーチェ	609 20.9	23.5 1.3	鶏肉、卵、ハム、牛乳	米、澱粉、砂糖、油、マカロニ マヨネーズ	しょうが、きゅうり、人参、パイナップル もも、ラズベリー、いちご、ブルーベリー
25 (月)	ごはん	さばのしおやき、 にくじゃが、 キャベツのおかかあえ だいこんとあぶらあげのみそじる、 かき	ぎゅうにゅう イチゴふうみむしパン	649 24	21.1 2.4	さば、豚肉、かつお節、おから、さば節 油揚げ、みそ、牛乳、まぐろ節	米、じゃがいも、砂糖、白滝、小麦粉 澱粉	人参、玉ねぎ、グリーンピース、キャベツ、大根 柿
26 (火)	ごはん	ぶたにくのカレーいため、 かいせんシュウマイ もやしのスープ、 オレンジ	ぎゅうにゅう マカロニナポリタン	696 24.9	28.7 2.8	豚肉、いわし、かつお節、たら、いか、牛乳 ハム	米、油、小麦粉、パン粉、澱粉 砂糖、マカロニ	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ピーマン、人参 もやし、ほうれん草、オレンジ、キャベツ
27 (水)	さけごはん	てりやきつくね、 あげだし豆腐のやさしいあんかけ こんさいじる、 パナナ	ぎゅうにゅう サッポロポテト	547 19.2	16.1 2.2	鮭、卵、鶏肉、豆乳、かつお節、みそ 牛乳	米、パン粉、砂糖、油、澱粉 小麦粉、上新粉、じゃがいも	玉ねぎ、えのき、人参、大根、ねぎ、ごぼう、ほうれん草 パナナ、レモン果汁、かぼちゃ、トマト、ビート、ピーマン、赤ピーマン
28 (木)	しょくパン	とりにくとじゃがいものトマトに、 ブロッコリーとツナのごまマヨあえ キャベツとコーンのミルクスープ、 りんご	ぎゅうにゅう はくとうムース	603 21.3	26.4 2	豆乳、鶏肉、ツナ、牛乳、チーズ、卵	小麦粉、マーガリン、砂糖 ごま、澱粉、油、じゃがいも、マヨネーズ	玉ねぎ、ピーマン、トマト、ブロッコリー りんご、ももかん、キャベツ、コーン
29 (金)	ごはん	ハロウィンハンバーグ、 パンプキンサラダ コンソメスープ、 ぶどうゼリー 【 ハロウィンこんだて 】	ぎゅうにゅう パンプキンケーキ	654 18.3	19.9 1.8	豚肉、鶏肉、卵、牛乳、ホイップクリーム	米、パン粉、砂糖、小麦粉、油 バター	かぼちゃ、玉ねぎ、ブロッコリー、人参

* 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。



つくばさくら保育園

茨城県つくば市谷田部字漆2417-1

TEL 029-846-2356

FAX 029-846-2367

株式会社幼稚園給食

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場

佐倉市神門439

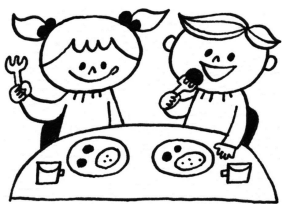
TEL 043-498-8500 (代)



2021年10月の献立(未満児)

日 付	午前おやつ	主 食	お か す	午後おやつ	I類たんぱく質 食塩相当量	脂質 食塩相当量	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 (金)	ぎゅうにゅう	しょくパン	ハンバーグオニオンソース、 イタリアンサラダ クリームシチュー、 オレンジ	ぎゅうにゅう さけおにぎり	530kcal 21g	17.4g 2.4g	牛乳、豆乳、豚肉、鶏肉、ハム、チーズ 鮭	小麦粉、マーガリン、砂糖、パン粉、油 じゃがいも、澱粉、バター、米	玉ねぎ、しょうが、にんにく、キャベツ セロリ、トマト、オレンジ、きゅうり、人参
4 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	さわらのさいきょうやき、 ほうれんそうとかくあげのごまあえ、 てりやきミートボール わかめとかまぼこのすましじる、 ベビーパイン	ぎゅうにゅう スイートポテト	513 20.2	18.3 1.5	牛乳、さわら、みそ、厚揚げ、えんどう豆 豚肉、たら、いわし、卵、鶏肉	米、砂糖、ごま、澱粉、さつまいも バター	ほうれん草、玉ねぎ、オレンジ果汁、りんご果汁 にんにく、わかめ、パインアップル、トマト、しょうが
5 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	くろすいりすとり、 シルバーサラダ ちゅうかスープ、 パナナ	ぎゅうにゅう プリン	521 14.5	16.5 1.3	牛乳、鶏肉、ハム、いわし、かつお節、卵	米、油、砂糖、ごま油、澱粉 春雨、マヨネーズ	にんにく、しょうが、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン グリーンピース、ほうれん草、パナナ、レモン果汁
6 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	スタミナいため、 こまつなとベーコンのあえもの、 みそじゃが はくさいとにんじんのすましじる、 おうとう	ぎゅうにゅう メープルパンケーキ	527 17.7	19 1.7	牛乳、豚肉、ベーコン、みそ、いわし 卵、かつお節	米、ごま、ごま油、砂糖、油、バター じゃがいも、小麦粉、メープルシロップ	りんご果汁、にんにく、レモン果汁、玉ねぎ 小松菜、白菜、黄桃、人参、ピーマン
7 (木)	ぎゅうにゅう	マーボーどうふどん	えびシュウマイ、 だいこんとしらすのちゅうかあえ オレンジ	ぎゅうにゅう あげパン	475 17.5	14.7 1.4	牛乳、豚肉、豆腐、みそ、えび、たら 枝豆、しらす	米、澱粉、ごま油、砂糖、小麦粉	しょうが、にんにく、ねぎ、玉ねぎ、大根 オレンジ
8 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	しろみざかなフライ、 ポークビーンズ こうやどうふとこまつなのすましじる、 カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう やきそば	497 19.9	13 1.9	牛乳、たら、豚肉、大豆、高野豆腐 いわし、ヨーグルト、かつお節	米、パン粉、澱粉、油、じゃがいも 砂糖、中華麺	玉ねぎ、人参、トマト、パセリ、小松菜 しょうが、キャベツ
11 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりにくのしおこうじやき、 きりぼしだいこんのもの、 ロールたまごやき しめじとにんじんのみそじる、 オレンジ	ぎゅうにゅう フルーツサンド	510 20.6	16.3 1.5	牛乳、鶏肉、油揚げ、かつお節、卵、みそ 豆乳、ホイップクリーム	米、麺、砂糖、小麦粉、マーガリン	切り干し大根、人参、いんげん、しめじ 黄桃、オレンジ、みかん
12 (火)	ぎゅうにゅう	ひやしうどん	かぼちゃてんぷら、 ちくわのいそべてんぷら にくサラダ、 ベビーパイン	ぎゅうにゅう なまりライス	486 16.3	13.8 2	牛乳、ハム、いわし、かつお節、ぐち 豚肉、ツナ、たら	うどん、小麦粉、澱粉、油、砂糖 米、ごま	ほうれん草、人参、かぼちゃ、あおさ、キャベツ コーン、玉ねぎ、パインアップル、しょうが、きゅうり
13 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	さんまのやわらかに、 ハムともやしのごますあえ、 メンチカツ チンゲンサイとえのきのみそじる、 かき	ぎゅうにゅう マーマレードケーキ	465 16.1	13.7 1.3	牛乳、さんま、ハム、豚肉、みそ かつお節	米、砂糖、ごま、パン粉、澱粉 油、小麦粉	もやし、きゅうり、玉ねぎ、チンゲンサイ、柿 オレンジジュース、みかん、オレンジ、えのき
14 (木)	ぎゅうにゅう	ロールパン チーズパン	ハンバーグケチャップソース、 ほうれんそうとコーンのソテー、 あおのりポテト キャロットポタージュ、 りんご	ぎゅうにゅう みそだいすおにぎり	563 20.6	19.8 1.9	牛乳、卵、脱脂粉乳、チーズ、豚肉、鶏肉 みそ	小麦粉、砂糖、胚芽、ライ麦、マーガリン バター、じゃがいも、米、ごま、ごま油	アセロラパウダー、玉ねぎ、ほうれん草 りんご、コーン、青のり、人参
15 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりにくのしょうがやき、 キャベツ、 スパゲティサラダ にらたまじる、 パナナ	むぎちゃ みかんヨーグルト	537 18.6	19.6 1.4	牛乳、鶏肉、ハム、卵、いわし、かつお節 ヨーグルト	米、砂糖、スパゲティ、マヨネーズ 澱粉	しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり、人参 にら、パナナ、レモン果汁、みかん果汁、ねぎ
18 (月)	ぎゅうにゅう	ハヤシライス	プレーンオムレツ、 ひじきとえだまめのサラダ ベビーパイン	ぎゅうにゅう コーンフレーク	498 16.5	19.4 2.3	牛乳、豚肉、卵、枝豆	米、小麦粉、澱粉、砂糖、油 ごま、コーンフレーク	玉ねぎ、トマト、ひじき、人参、コーン、椎茸 パインアップル
19 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	だんしゃくコロッケ、 キャベツとハムのサラダ、 にんじんあまに とうふとねぎのみそじる、 パナナ	ぎゅうにゅう フルーツポンチ	442 12.8	11.8 0.7	牛乳、ハム、豆腐、みそ、かつお節	米、小麦粉、パン粉、じゃがいも、澱粉 油、砂糖	玉ねぎ、キャベツ、人参、ねぎ、パナナ、レモン果汁 黄桃、パインアップル、洋梨、りんごジュース
20 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	にたまごととりにくのさっぱりに、 ブロッコリーのマヨあえ おふとこまつなのみそじる、 オレンジ	ぎゅうにゅう ピザトースト	551 22.6	22.4 1.8	牛乳、鶏肉、かつお節、卵、みそ、豆乳 ベーコン、チーズ	米、砂糖、マヨネーズ、麩、小麦粉 マーガリン	昆布、いんげん、ブロッコリー、人参、小松菜 トマト、にんにく、玉ねぎ、オレンジ
21 (木)	ぎゅうにゅう	ラーメン	かいせんしおいため、 ぎょうざ カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう やきおにぎり	462 18.8	13.1 2.9	牛乳、えび、大豆、鶏肉、豚肉、ヨーグルト いわし、かつお節	中華麺、砂糖、ごま、ごま油、油 小麦粉、もちごめ、澱粉、米	ねぎ、わかめ、コーン、にんにく、しょうが、筍 チンゲンサイ、エリンギ、キャベツ、玉ねぎ、にら
22 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりのからあげ、 あつやきたまご、 マカロニサラダ ベビーパイン、 ぎゅうにゅう	むぎちゃ フルーチェ	509 17.6	19.6 0.9	牛乳、鶏肉、卵、ハム	米、澱粉、砂糖、油、マカロニ マヨネーズ	しょうが、きゅうり、人参、パインアップル もも、ラズベリー、いちご、ブルーベリー
25 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	さばのしおやき、 にくじゃが、 キャベツのおかかあえ だいこんとあぶらあげのみそじる、 かき	ぎゅうにゅう イチゴふうみむしパン	484 17.4	14.5 1.4	牛乳、さば、豚肉、かつお節、おから まぐろ節、油揚げ、みそ、さば節	米、じゃがいも、砂糖、白滝、小麦粉 澱粉	人参、玉ねぎ、グリーンピース、キャベツ、大根 柿
26 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	ぶたにくのカレーいため、 かいせんシュウマイ もやしのスープ、 オレンジ	ぎゅうにゅう マカロニナポリタン	530 19	22 1.6	牛乳、豚肉、いわし、かつお節、たら、いか ハム	米、油、小麦粉、パン粉、澱粉 砂糖、マカロニ	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ もやし、ほうれん草、オレンジ
27 (水)	ぎゅうにゅう	さけごはん	てりやきつくね、 あげだしどうふのやさいあんかけ こんさいじる、 パナナ	ぎゅうにゅう サッポロポテト	428 15.5	12.2 1.3	牛乳、鮭、卵、鶏肉、豆乳、かつお節 みそ	米、パン粉、砂糖、油、澱粉 小麦粉	玉ねぎ、えのき、人参、大根、ねぎ、ごぼう、ドライトマト パナナ、レモン果汁、かぼちゃ、ビート、赤ピーマン、ほうれん草
28 (木)	ぎゅうにゅう	しょくパン	とりにくとじゃがいものトマトに、 ブロッコリーとツナのごまマヨあえ キャベツとコーンのミルクスープ、 りんご	ぎゅうにゅう はくとうムース	474 16.6	21.2 1.3	牛乳、豆乳、鶏肉、ツナ、チーズ、卵	小麦粉、マーガリン、砂糖、じゃがいも ごま、澱粉、油、マヨネーズ	玉ねぎ、ピーマン、トマト、ブロッコリー りんご、ももかん、キャベツ、コーン
29 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	ハロウィンハンバーグ、 パンプキンサラダ コンソメスープ、 ぶどうゼリー 【 ハロウィンこんだて 】	ぎゅうにゅう パンプキンケーキ	565 16.8	17.7 1.3	牛乳、豚肉、鶏肉、卵、ホイップクリーム	米、パン粉、砂糖、小麦粉、油 バター	かぼちゃ、玉ねぎ、ブロッコリー、人参

* 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。



つくばさくら保育園

茨城県つくば市谷田部字漆2417-1

TEL 029-846-2356

FAX 029-846-2367

株式会社幼稚園給食

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場

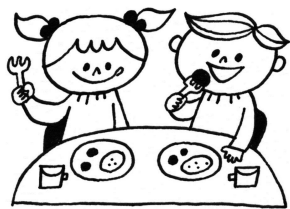
佐倉市神門439

TEL 043-498-8500 (代)



2021年10月の献立(完了期)

日 付	午前おやつ	主 食	お か す	午後おやつ	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 (金)	ぎゅうにゅう	しょくパン	ハンバーグオニオンソース、 イタリアンサラダ クリームシチュー、 オレンジ	ぎゅうにゅう さけおにぎり	牛乳、豆乳、豚肉、鶏肉、ハム、チーズ 鮭	小麦粉、マーガリン、砂糖、パン粉 じゃがいも、澱粉、バター、米、油	玉ねぎ、しょうが、にんにく、キャベツ セロリ、トマト、オレンジ、きゅうり、人参
4 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	さわらのさいきょうやき、 ほうれんそうとかくあげのごまあえ、 てりやきミートボール わかめとかまぼこのすましじる、 ベビーパイン	ぎゅうにゅう スイートポテト	牛乳、さわら、みそ、厚揚げ、えんどう豆 豚肉、たら、いわし、卵、鶏肉	米、砂糖、ごま、澱粉、さつまいも バター	ほうれん草、玉ねぎ、オレンジ果汁、りんご果汁、トマト にんにく、わかめ、パイナップル、しょうが
5 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	くろずいりすどり、 シルバーサラダ ちゅうかスープ、 パナナ	ぎゅうにゅう プリン	牛乳、鶏肉、ハム、いわし、かつお節、卵	米、砂糖、ごま油、澱粉、春雨 マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、ほうれん草 バナナ、レモン果汁、グリーンピース
6 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	スタミナいため、 こまつなとベーコンのあえもの、 みそじゃが はくさいとにんじんのすましじる、 おうとう	ぎゅうにゅう メーブルパンケーキ	牛乳、豚肉、ベーコン、みそ、いわし 卵、かつお節	米、ごま、ごま油、砂糖、油、バター じゃがいも、小麦粉、メーブルシロップ	りんご果汁、にんにく、レモン果汁、玉ねぎ 小松菜、白菜、黄桃、人参、ピーマン
7 (木)	ぎゅうにゅう	マーボーどうふどん	かいせんシュウマイ、 だいこんとしらすのちゅうかあえ オレンジ	ぎゅうにゅう ジャムパン	牛乳、豚肉、豆腐、みそ、たら、いか 枝豆、しらす、豆乳	米、澱粉、ごま油、砂糖、小麦粉 パン粉、油、マーガリン	しょうが、にんにく、ねぎ、キャベツ、玉ねぎ オレンジ、りんご、大根
8 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	カレイのにつけ、 ポークビーンズ こうやどうふとこまつなのすましじる、 カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう やきそば	牛乳、カレイ、豚肉、大豆、高野豆腐 いわし、ヨーグルト、かつお節	米、砂糖、じゃがいも、澱粉、中華麵 油	玉ねぎ、人参、トマト、パセリ、小松菜 しょうが、キャベツ
11 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりにくのしおこうじやき、 きりほしだいこんのもの、 ロールたまごやき しめじとにんじんのみそしる、 オレンジ	ぎゅうにゅう フルーツサンド	牛乳、鶏肉、油揚げ、かつお節、卵、みそ 豆乳、ホイップクリーム	米、麴、砂糖、小麦粉、マーガリン	切り干し大根、人参、いんげん、しめじ 黄桃、オレンジ、みかん
12 (火)	ぎゅうにゅう	ひやしうどん	むしかぼちゃ、 ちくわのいそべいため にくサラダ、 ベビーパイン	ぎゅうにゅう なまりライス	牛乳、ハム、いわし、かつお節、太刀魚 ツナ、豚肉	うどん、澱粉、砂糖、油、米 ごま	ほうれん草、人参、かぼちゃ、青のり、洋梨果汁、キャベツ きゅうり、コーン、玉ねぎ、パイナップル、しょうが
13 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	さんまのやわらかに、 ハムともやしのごますあえ、 てりやきつくね チンゲンサイとえのきのみそしる、 かき	ぎゅうにゅう マーマレードケーキ	牛乳、さんま、ハム、卵、鶏肉、みそ かつお節	米、砂糖、ごま、パン粉、油 小麦粉	もやし、きゅうり、玉ねぎ、チンゲンサイ、柿 オレンジジュース、みかん、オレンジ、えのき
14 (木)	ぎゅうにゅう	ロールパン チーズパン	ハンバーグケチャップソース、 ほうれんそうとコーンのソテー、 あおのりポテト キャロットポタージュ、 りんご	ぎゅうにゅう みそだいすおにぎり	牛乳、卵、脱脂粉乳、チーズ、豚肉、鶏肉 みそ	小麦粉、砂糖、胚芽、ライ麦、マーガリン バター、じゃがいも、米、ごま、ごま油	アセロラパウダー、玉ねぎ、ほうれん草 りんご、コーン、青のり、人参
15 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりにくのしょうがやき、 キャベツ、 スパゲティーサラダ にらたまじる、 パナナ	むぎちゃ みかんヨーグルト	牛乳、鶏肉、ハム、卵、いわし、かつお節 ヨーグルト	米、砂糖、スパゲティ、マヨネーズ 澱粉	しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり、人参 にら、バナナ、レモン果汁、みかん果汁、ねぎ
18 (月)	ぎゅうにゅう	ハヤシライス	プレーンオムレツ、 ひじきとえだまめのサラダ ベビーパイン	ぎゅうにゅう コーンフレーク	牛乳、豚肉、卵、枝豆	米、小麦粉、澱粉、砂糖、油 ごま、コーンフレーク	玉ねぎ、トマト、ひじき、人参、コーン、椎茸 パイナップル
19 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	てりやきミートボール、 キャベツとハムのサラダ、 にんじんあまに とうふとねぎのみそしる、 パナナ	ぎゅうにゅう フルーツポンチ	牛乳、えんどう豆、鶏肉、豚肉、ハム みそ、かつお節、豆腐	米、砂糖、澱粉、油	玉ねぎ、オレンジ果汁、りんご果汁、トマト、しょうが、にんにく キャベツ、人参、ねぎ、バナナ、レモン果汁、黄桃、パイナップル、洋梨、りんごジュース
20 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	にたまごととりにくのさっぱりに、 ブロッコリーのマヨあえ おふとこまつなのみそしる、 オレンジ	ぎゅうにゅう ビザトースト	牛乳、鶏肉、かつお節、卵、みそ、豆乳 ベーコン、チーズ	米、砂糖、マヨネーズ、麴、小麦粉 マーガリン	昆布、いんげん、ブロッコリー、人参、小松菜 トマト、にんにく、玉ねぎ、オレンジ
21 (木)	ぎゅうにゅう	ラーメン	ソーセージとやさいのしおいため、 ぎょうざ カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう ちやめしおにぎり	牛乳、鶏肉、豚肉、ヨーグルト、いわし かつお節	中華麵、澱粉、砂糖、ごま、ごま油 油、小麦粉、もちごめ、米	ねぎ、わかめ、コーン、にんにく、しょうが、玉ねぎ 筍、チンゲンサイ、エリンギ、キャベツ、にら
22 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりのてりやき、 あつやきたまご、 マカロニサラダ ベビーパイン、 ぎゅうにゅう	むぎちゃ フルーチェ	牛乳、鶏肉、卵、ハム	米、澱粉、砂糖、油、マカロニ マヨネーズ	オレンジ果汁、りんご果汁、トマト、しょうが、にんにく、きゅうり 人参、パイナップル、いちご、ブルーベリー、もも、ラズベリー
25 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	さばのしおやき、 にくじゃが、 キャベツのおかかあえ だいこんとあぶらあげのみそしる、 かき	ぎゅうにゅう イチゴふうみむしパン	牛乳、さば、豚肉、かつお節、おから まぐろ節、油揚げ、みそ、さば節	米、じゃがいも、砂糖、白滝、小麦粉 澱粉	人参、玉ねぎ、グリーンピース、キャベツ、大根 柿
26 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	ぶたにくのカレーいため、 かいせんシュウマイ もやしのスープ、 オレンジ	ぎゅうにゅう マカロニナポリタン	牛乳、豚肉、いわし、かつお節、たら ハム、いか	米、油、小麦粉、パン粉、澱粉 砂糖、マカロニ	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ピーマン、人参 もやし、ほうれん草、オレンジ、キャベツ
27 (水)	ぎゅうにゅう	さけごはん	てりやきつくね、 とうふのやさいあんかけ こんさいじる、 パナナ	ぎゅうにゅう サッポロポテト	牛乳、鮭、卵、鶏肉、豆腐、かつお節 みそ	米、パン粉、砂糖、油、澱粉 小麦粉	玉ねぎ、えのき、人参、大根、ねぎ、ごぼう バナナ、レモン果汁、かぼちゃ、ビート、赤ピーマン、ほうれん草、ドライトマト
28 (木)	ぎゅうにゅう	しょくパン	とりにくとじゃがいものトマトに、 ブロッコリーとツナのごまマヨあえ キャベツとコーンのミルクスープ、 りんご	ぎゅうにゅう はくとうムース	牛乳、豆乳、鶏肉、ツナ、チーズ、卵	小麦粉、マーガリン、砂糖、じゃがいも ごま、澱粉、油、マヨネーズ	玉ねぎ、ピーマン、トマト、ブロッコリー りんご、ももかん、キャベツ、コーン
29 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	ハロウィンハンバーグ、 パンプキンサラダ コンソメスープ、 ぶどうゼリー 【 ハロウィンこんだて 】	ぎゅうにゅう パンプキンケーキ	牛乳、豚肉、鶏肉、卵、ホイップクリーム	米、パン粉、砂糖、小麦粉、油 バター	かぼちゃ、玉ねぎ、ブロッコリー、人参



つくばさくら保育園

茨城県つくば市谷田部字漆2417-1

TEL 029-846-2356

FAX 029-846-2367

* 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

株式会社幼稚園給食

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場

佐倉市神門439

TEL 043-498-8500 (代)