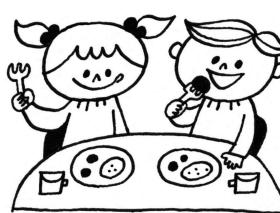




2021年10月の献立(以上児)

日付	主食	おかず	午後おやつ	I群ギー タツパク	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)	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	671kcal 26g	19.8g 3.3g	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	くろずいりすどり、シルバーサラダ ちゅうかスープ、バナナ	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 グリンピース、ほうれん草、バナナ、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、みそじゅが はくさいとにんじんのすまじる、とうとう	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)	マーぼーどうふどん	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	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、ポークピーンズ こうやどうふとこまつなすまじる、カルテつヨーグルト	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にもの、ロールたまごやき しめじとにんじんのみぞしる、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	米、麹、砂糖、小麦粉、マーガリン 豆乳、ホイップクリーム	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	かぼちゃてんぶら、ちくわのいそべてんぶら 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ぞしる、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	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、スパゲティーサラダ にらたまじる、バナナ	むぎちや 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)	ハヤシライス	フレーンオムレツ、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 とうふとねぎのみぞしる、バナナ	ぎゅうにゅう フルーツポンチ	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、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)	ごはん	にたまごととりにくのさっぱりに、プロッコリーのマヨあえ おふとこまつなみぞしる、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、麺、小麦粉 マーガリン	昆布、いんげん、プロッコリー、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 カルテつヨーグルト	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、きゅうにゅう	むぎちや 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、キャベツのおかあえ だいこんとあぶらあげのみぞしる、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、グリンピース、キャベツ、大根 柿
26 (火)	ごはん	ふ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、あげだしどうふのやさいあんかけ こんさいじる、バナナ	ぎゅうにゅう サッポロボテト	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、こぼう、ほうれん草 バナナ、レモン果汁、かぼちゃ、トマト、ピート、ピーマン、赤ピーマン
28 (木)	しょくパン	とりにくとじゅがいのトマトに、プ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	玉ねぎ、ピーマン、トマト、プロッコリー 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、ふどうゼリー【ハロウィンこんだて】	ぎゅうにゅう パンキンケーキ	654 18.3	19.9 1.8	豚肉、鶏肉、卵、牛乳、ホイップクリーム バター	米、パン粉、砂糖、小麦粉、油 バター	かぼちゃ、玉ねぎ、プロッコリー、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

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

佐倉工場

佐倉市神門439

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

TEL 047-448-1388 (代)

TEL 0297-63-0122 (代)

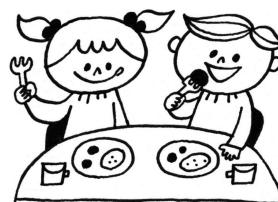
TEL 043-498-8500 (代)



2021年10月の献立(未満児)

日付	午前おやつ	主食	おかず	午後おやつ	エネルギー kcal	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、ぼうれんそうとかくあけのごまあえ、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	ぼうれん草、玉ねぎ、オレンジ果汁、りんご果汁 にんにく、わかめ、パイナップル、トマト、しょうが
5 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	くろすいりそどり、シルバーサラダ ちゅうかスープ、バナナ	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、ビーマン、コーン グリンピース、ぼうれん草、バナナ、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、みそじやが はくさいとにんじんのすまじる、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、ポークピーンズ こうやどうふとこまつなすまじる、カルテつヨーグルト	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、きりほししたいこんのにもの、ロールたまごやき しめじとにんじんのみぞしる、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、麹、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	かぼちゃてんぶら、ちくわのいそべてんぶら 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	ぼうれん草、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)	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ぞしる、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、ぼうれんそうとコーンのソテー、あおのりボテト キャロットボタージュ、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、ぼうれん草 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、バナナ	むぎちや 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、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	ブレーンオムレツ、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 パイナップル
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 とうふとねぎのみぞしる、バナナ	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、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、プロッコリーのマヨあえ おふとこまつなみぞしる、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、プロッコリー、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 カルテつヨーグルト	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 チングンサイ、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	むぎちや 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、パイナップル 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、にくじやが、キャベツのおかかあえ だいこんとあぶらあげのみぞしる、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、ビーマン、人参、キャベツ もやし、ぼうれん草、オレンジ
27 (水)	ぎゅうにゅう	さけごはん	てりやきつくね、あげだしうのやさいあんかけ こんさいじる、バナナ	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 バナナ、レモン果汁、かぼちゃ、ピート、赤ビーマン、ぼうれん草
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、プ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、プロッコリー 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、パンフキンサラダ 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 パンブキンケーキ	565 16.8	17.7 1.3	牛乳、豚肉、鶏肉、卵、ホイップクリーム バター	米、パン粉、砂糖、小麦粉、油 バター	かぼちゃ、玉ねぎ、プロッコリー、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

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

佐倉工場

佐倉市神門439

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

TEL 047-448-1388 (代)

TEL 0297-63-0122 (代)

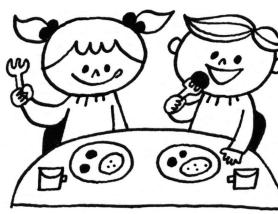
TEL 043-498-8500 (代)



2021年10月の献立(完了期)

日付	午前おやつ	主食	おかず	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 鮭	牛乳、豆乳、豚肉、鶏肉、ハム、チーズ	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、バナナ	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、みそじやが はくさいとにんじんのすまじる、おうとう	ぎゅうにゅう メープルパンケーキ	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	カレイのつけ、ポークピーンズ こうやどうふとこまつなのはまじる、カルテつヨーグルト	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、中華麺 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にもの、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、麹、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 キャロットボタージュ、りんご	ぎゅうにゅう みそだいすおにぎり みそ	牛乳、卵、脱脂粉乳、チーズ、豚肉、鶏肉 バター、じゃがいも、米、ごま、ごま油	小麦粉、砂糖、胚芽、ライ麦、マーガリン りんご、コーン、青のり、人参	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、バナナ	むぎちや 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 コーンフレーク	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、バナナ	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、プ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 ピザトースト	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、麩、小麦粉 マーガリン	昆布、いんげん、プロッコリー、人参、小松菜 トマト、ににく、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 カルテつヨーグルト	ぎゅうにゅう ちゃんしおにぎり	牛乳、鶏肉、豚肉、ヨーグルト、いわし かつお節	中華麺、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	むぎちや 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、にくじやが、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、バナナ	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、ピート、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	とりにくとじやがいものトマトに、プ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 はくとうムース	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、プロッコリー 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、ふどうゼリー【ハロウィンこんだて】	ぎゅうにゅう パンフキンケーキ	牛乳、豚肉、鶏肉、卵、ホイップクリーム パンフキンケーキ	米、パン粉、砂糖、小麦粉、油 バター	かぼちゃ、玉ねぎ、プロッコリー、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

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

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

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)