



令和6年10月献立表



日付	曜	乳幼児昼食			主な材料			栄養価 幼児 エネルギーKcal 蛋白質g 脂質g	軽食 献立名	
		献立名	おやつ	おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの			
1	15/29	火	①中華おこわ ②スープ(わかめ・コーン) ③厚揚げの旨煮 ④中華きゅうり ⑤フルーツ	⑥小魚 <small>(あひる組はベビースティック)</small>	①スイートポテト <small>20日とら・らいおん組はせむぎ小麦粉</small> ⑥牛乳	米 サラダ油 ごま油 バター・さつま芋	豚肉 ホイップ 牛乳	わかめ・人参・レーズン 筍・椎茸・きゅうり グリーンピース・コーン 大根・生姜・青葱	545kcal 17.2g 18.6g	①菜飯おにぎり 107kcal
2	30	水	①きのこのカレーライス ②スープ(白菜・長葱) ④グリーンサラダ ⑤フルーツ	①ミレービスケット	①フルーツゼリー ⑥牛乳	米・じゃが芋 油 カレールウ イナアガー	鶏肉	玉ねぎ・人参・まいだけ しめじ・きのこ・白葱・アスパラ 長葱・きゅうり・キャベツ パプリカ・あひる組・納豆	487kcal 15.2g 11.3g	①わかめおにぎり 107kcal
3	17	木	①ご飯 ②みそ汁(大根・油揚げ) ③豚肉とピーマンの炒め物 ④スパゲティサラダ ⑤フルーツ	⑥ばりばりいわし <small>(あひる組はベビースティック)</small>	①ピザトースト ⑥牛乳	米・油 スパゲティ エッグケア 食パン	油揚げ・豚肉 ツナ・チーズ 牛乳・みそ	大根・ピーマン・玉ねぎ キャベツ・人参 胡瓜	618kcal 24.3g 24.5g	①ゆかりおにぎり 107kcal
4	18	金	①そぼろ丼 ②みそ汁(わかめ・長葱) ④ほうれん草とコーンのナムル ⑤フルーツ	①ベビースティック	①いちごパバロア ⑥りんごジュース	米 ごま油 パバロア	鶏肉・みそ 牛乳	玉ねぎ・人参 わかめ・長葱・コーン 小松菜・もやし ほうれん草	477kcal 13.7g 10.4g	①フライドポテト 102kcal
5	19	土	①ちゃんぽんにゅうめん ③さつま芋のサラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳	①焼きおにぎり ⑥牛乳	そうめん 油・ごま油 米・さつま芋 エッグケア	豚肉 かつお節 牛乳	長葱・人参・キャベツ もやし・にら いんげん	535kcal 15.8g 13.8g	①菜飯おにぎり 107kcal
7	21	月	①ご飯 ②みそ汁(大根・あさつき) ③カレイの幽庵焼き ④五色ソテー ⑤フルーツ	①星パフ	①コーンフレック克蘭チ ⑥牛乳	米・片栗粉 油・ごま油 コーンフレック マシュマロ	みそ・カレイ ベーコン 牛乳	大根・みつば 生姜・チンゲン菜 人参・もやし ゆず	460kcal 18.8g 13.0g	①わかめおにぎり 107kcal
8	22	火	①けんちんうどん ③ジャーマンポテト ⑤フルーツ	⑥小魚 <small>(あひる組はベビースティック)</small>	①じゃこチャーハン ⑥牛乳	米・油・うどん じゃが芋	油揚げ しらす・ウィンナー 牛乳・豚肉	小松菜・玉ねぎ 人参・大根・椎茸	509kcal 16.7g 14.5g	①ゆかりおにぎり 107kcal
9	23	水	①麻婆豆腐丼 ②中華スープ(わかめ・もやし) ④チョレギサラダ ⑤フルーツ	①ミレービスケット	①桃の米粉ケーキ ⑥牛乳	米・油 ごま油 米粉ミックス 片栗粉	豆腐・豚肉 みそ・豆乳 牛乳	長葱・干椎茸・人参 にんにく・生姜・わかめ もやし・キャベツ・トマト きゅうり・のり・白焼缶	552kcal 17.5g 16.6g	①フライドポテト 102kcal
10	24	木	①さつま芋ご飯 ②清汁(春雨・みつば) ③唐揚げネギソース ④ほうれん草の和え物 ⑤フルーツ	⑥ばりばりいわし <small>(あひる組はベビースティック)</small>	①カルシウムラスク <small>24日5らいおん組はスイートポテト</small> ⑥牛乳	米・さつま芋 春雨・片栗粉 食パン・マーガリン	鶏肉 牛乳 かつお節 チーズ	みつば・生姜・にんにく ほうれん草・もやし 人参・長葱 青のり	484kcal 22.9g 11.8g	①わかめおにぎり 107kcal
11	25	金	①ご飯 ②みそ汁(なめこ・あさつき) ③豚肉の生姜焼き ④ポテトサラダ ⑤フルーツ	①ベビースティック	①キャロットクッキー <small>25日とら組はスイートポテト</small> ⑥牛乳	米・油・じゃが芋 エッグケア 小麦粉 バター	豚肉 牛乳 みそ	なめこ・あさつき もやし・人参・玉葱 生姜・きゅうり コーン	593kcal 18.8g 24.4g	①菜飯おにぎり 107kcal
12	26	土	①みそもやしラーメン ④じゃが芋炒め ⑤フルーツ	⑥牛乳	①カレーピラフ ⑥牛乳	中華麺 ごま油 じゃが芋・油 米・カレー粉	豚肉・ウィンナー みそ 牛乳	人参・もやし・キャベツ にら・コーン・長葱 パセリ・玉ねぎ ピーマン	556kcal 19.2g 22.2g	①ゆかりおにぎり 107kcal
/	28	月	①ご飯 ②きのこのみそ汁 ③鯖のカレーマヨ焼き ④粉ふき芋 ⑤フルーツ	①星パフ	①レーズンむしばん ⑥牛乳	米・エッグケア 油・カレー粉 じゃが芋 むしばんミックス	鯖・みそ 牛乳 油揚げ	なめこ・えのき まいだけ・あさつき 青のり レーズン	547kcal 19.4g 18.6g	①フライドポテト 102kcal

★お楽しみ給食★

16		水	①クロワッサン ②ポトフ ③鶏肉のママレード焼き ④ポイルブロッコリー ⑤フルーツ	⑥ヨーグルト	①マロンケーキ ⑥牛乳	クロワッサン じゃが芋 ママレード・油 マロンケーキ	ウィンナー 鶏肉 牛乳 ホイップ	玉ねぎ・人参・かぶ ブロッコリー しめじ・栗	497kcal 18.5g 24.5g	①わかめおにぎり 107kcal
----	--	---	--	--------	----------------	-------------------------------------	---------------------------	------------------------------	---------------------------	---------------------

★ハロウィン★



31		木	①ツナピラフ ②スープ(チンゲン菜・人参) ③ハロウィンハンバーグ ④南瓜サラダ ⑤フルーツ	⑥ばりばりいわし <small>(あひる組はベビースティック)</small>	①南瓜クッキー ⑥ぶどうジュース	米・油 バター 小麦粉 ぶどうジュース	ハンバーグ ツナ	人参・玉ねぎ ピーマン・南瓜 チンゲン菜・きゅうり	631kcal 14.5g 22.0g	①ゆかりおにぎり 107kcal
----	--	---	---	--	---------------------	------------------------------	-------------	---------------------------------	---------------------------	---------------------

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆調理過程において、材料に記載のない調味料を使用する事があります(塩・醤油・砂糖・片栗粉・顆粒中華だし)在園児のアレルギーに該当するものはありません。

☆献立表に記載されていない食材(園で収穫した野菜など)を急遽使用する可能性があります。使用する際は掲示などでお知らせいたします。

☆4月より夕食の提供はありません。


 令和6年10月完了食献立表
 

日付	曜	午前おやつ	午前食	午後食	主な材料		
					熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1	15/29	火	①ベビースティック ①中華おこわ ②スープ(わかめ・コーン) ③厚揚げの旨煮 ④中華きゅうり ⑤フルーツ	①スイートポテト ⑥牛乳	米 サラダ油 ごま油 バター・さつま芋	豚肉 ホイップ 牛乳	わかめ・人参・レーズン 筍・椎茸・きゅうり グリーンピース・コーン 大根・生姜・青葱
2	30	水	①ミレービスケット ①きのこのカレーライス ②スープ(白菜・長葱) ④グリーンサラダ ⑤フルーツ	①フルーツゼリー ⑥牛乳	米・じゃが芋 油 カレールウ イナアガー	鶏肉	玉ねぎ・人参・まいだけ <small>レタス・トマト・アスパラ</small> 長葱・きゅうり・キャベツ パプリカ・みかん缶・桃缶
3	17	木	①ベビースティック ①軟飯 ②みそ汁(大根・油揚げ) ③豚肉とピーマンの炒め物 ④スパゲティサラダ ⑤フルーツ	①ピザトースト ⑥牛乳	米・油 スパゲティ エッグケア 食パン	油揚げ・豚肉 ツナ・チーズ 牛乳・みそ	大根・ピーマン・玉ねぎ キャベツ・人参 胡瓜
4	18	金	①ベビースティック ①そばろ丼 ②みそ汁(わかめ・長葱) ④ほうれん草とコーンのナムル ⑤フルーツ	①いちごパエリア ⑥りんごジュース	米 ごま油 パエリア	鶏肉・みそ 牛乳	玉ねぎ・人参 わかめ・長葱・コーン 小松菜・もやし ほうれん草
5	19	土	⑥牛乳 ①ちゃんぽんにゅうめん ③さつま芋のサラダ ⑤フルーツ 	①焼きおにぎり ⑥牛乳	そうめん 油・ごま油 米・さつま芋 エッグケア	豚肉 かつお節 牛乳	長葱・人参・キャベツ もやし・にら いんげん
7	21	月	①星パフ ①軟飯 ②みそ汁(大根・あさつき) ③カレイの幽庵焼き ④五色ソテー ⑤フルーツ	①コーンフレークランチ ⑥牛乳	米・片栗粉 油・ごま油 コーンフレーク マシュマロ	みそ・カレイ ベーコン 牛乳	大根・みつば 生姜・チンゲン菜 人参・もやし ゆず
8	22	火	①ベビースティック ①けんちんうどん ③ジャーマンポテト ⑤フルーツ	①じゃこチャーハン ⑥牛乳	米・油・うどん じゃが芋	油揚げ しらす・ウィンナー 牛乳・豚肉	小松菜・玉ねぎ 人参・大根・椎茸
9	23	水	①ミレービスケット ①麻婆豆腐丼 ②中華スープ(わかめ・もやし) ④チョレギサラダ ⑤フルーツ	①桃の米粉ケーキ ⑥牛乳	米・油 ごま油 米粉ミックス 片栗粉	豆腐・豚肉 みそ・豆乳 牛乳	長葱・干椎茸・人参 にんにく・生姜・わかめ もやし・キャベツ・トマト きゅうり・のり・白桃缶
10	24	木	①ベビースティック ①さつま芋軟飯 ②清汁(春雨・みつば) ③唐揚げネギソース ④ほうれん草の和え物 ⑤フルーツ	①カルシウムラスク ⑥牛乳	米・さつま芋 春雨・片栗粉 食パン・マーガリン	鶏肉 牛乳 かつお節 チーズ	みつば・生姜・にんにく ほうれん草・もやし 人参・長葱 青のり
11	25	金	①ベビースティック ①軟飯 ②みそ汁(なめこ・あさつき) ③豚肉の生姜焼き ④ポテトサラダ ⑤フルーツ	①キャロットクッキー ⑥牛乳	米・油・じゃが芋 エッグケア 小麦粉 バター	豚肉 牛乳 みそ	なめこ・あさつき もやし・人参・玉葱 生姜・きゅうり コーン
12	26	土	⑥牛乳 ①みそもやしラーメン ④じゃが芋炒め ⑤フルーツ	①カレーピラフ ⑥牛乳	中華種 ごま油 じゃが芋・油 米・カレー粉	豚肉・ウィンナー みそ 牛乳	人参・もやし・キャベツ にら・コーン・長葱 パセリ・玉ねぎ ピーマン
28	月	⑥星パフ ①軟飯 ②きのこのみそ汁 ③鯖のカレーマヨ焼き ④粉ふき芋 ⑤フルーツ	①レーズンむしぱん ⑥牛乳	米・エッグケア 油・カレー粉 じゃが芋 むしぱんミックス	鯖・みそ 牛乳 油揚げ	なめこ・えのき まいだけ・あさつき 青のり レーズン	
★お楽しみ給食★							
16		水	⑥ヨーグルト ①クロワッサン ②ポトフ ③鶏肉のママレード焼き ④ポイルブロッコリー ⑤フルーツ	①マロンケーキ ⑥牛乳	クロワッサン じゃが芋 ママレード・油 マロンケーキ	ウィンナー 鶏肉 牛乳 ホイップ	玉ねぎ・人参・かぶ ブロッコリー しめじ・栗