

10月献立表

令和6年 10月

[未満児]

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	7(月)	8(火)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳
	スティック人参 にんじん	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	コーンフレーク コーンフレーク	コーンフレーク コーンフレーク		炭酸せんべい 炭酸せんべい	おやついりこ(朝) かえりちりめん	スナックパン スナックパン
	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	焼きうどん うどん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ かつお削り節	シーフードピラフ 米 むきえび たまねぎ グリーンピース にんじん コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 貝柱 調合油	★ 運動会全体予行 ★ きつねうどん うどん 天かす 油揚げ カットわかめ 葉ねぎ こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 混合だし
	鮭の南部焼き しらすけ こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 黒ごま	豆腐入り松風焼き 鶏ひき肉 ソフト豆腐 根深ねぎ たまねぎ パン粉 普通牛乳 鶏卵 車糖 赤だしみそ ごま	鶏のケチャップあん 鶏もも 食塩 料理酒 かたくり粉 調合油 たけのこ たまねぎ にんじん 生しいたけ 青ピーマン 調合油 鶏がらスープ 車糖 穀物酢 ケチャップ こいくちしょうゆ 水	じゃーマンオムレツ 鶏卵 じゃがいも 皮つきウインナー ブロッコリー ピザチーズ 食塩 こしょう 普通牛乳 たまねぎ	ひじき煮(ちくわ) ほしひじき にんじん 油揚げ 生竹輪 さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 料理酒	中華スープ・ スイートコーン カットわかめ 油揚げ 根深ねぎ 鶏がらスープ	カップゼリー ゼリー	具たくさんスープ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきウインナー 食塩 こしょう コンソメ
卵の花煮 おから にんじん 生しいたけ グリーンピース 油揚げ こいくちしょうゆ みりん風調味料 車糖 混合だし	キャベツとベーコンのソテー キャベツ スイートコーン ベーコン 食塩 こしょう なたね油	りんごサラダ キャベツ きゅうり にんじん りんご フレッシュレタス	みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ				フルーツヨーグルト昼 りんご バナナ みかん缶詰 干しぶどう 車糖 ヨーグルト	旬のフルーツ ..
なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし	すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば ぶなしめじ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ							
旬のフルーツ ..								
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶
	和風スパゲッティ スパゲッティ ぶなしめじ たまねぎ ベーコン ほうれんそう こいくちしょうゆ にんにくおろし オリーブ油	ツナサンド 食パン マーガリン まぐろ缶詰 マヨネーズ	じゃがいも餅 じゃがいも かたくり粉 食塩 マーガリン こいくちしょうゆ	ゴマと小魚の甘がらめ かえりちりめん 車糖 こいくちしょうゆ 水 ごま	せんべい しょうゆせんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	カップケーキ 薄力粉 車糖 マーガリン ベーキングパウダー 鶏卵 スイートチョコレート	おにぎり(ゆかり)おやつ 米 ゆかりふりかけ ごま おやつこんぶ おやつこぶ	
	成分値 エネルギー : 509 kcal 脂 質 : 14.5 g たんぱく質 : 25.1 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 312 mg	534 kcal 24.1 g 24.9 g 1.7 g 338 mg	475 kcal 18.3 g 16.0 g 1.7 g 261 mg	455 kcal 16.5 g 22.1 g 1.7 g 366 mg	423 kcal 17.3 g 15.3 g 2.0 g 299 mg	588 kcal 22.8 g 20.9 g 1.7 g 343 mg	476 kcal 10.4 g 13.9 g 1.5 g 223 mg	
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳
	炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し	バナナ バナナ	炭酸せんべい 炭酸せんべい	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	スティック人参 にんじん	コーンフレーク コーンフレーク	
	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麻婆丼 米 米粒麦 ソフト豆腐 あいびき たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 調合油 ハヤシルウ トマト グリーンピース 食塩 こしょう にんにくおろし スイートワイン コンソメ	ハヤシライス 米 米粒麦 牛もも たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 調合油 ハヤシルウ トマト グリーンピース 食塩 こしょう にんにくおろし スイートワイン コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦
	ポークチャップ 豚もも 料理酒 にんにくおろし 食塩 こしょう 調合油 たまねぎ ケチャップ 中濃ソース パインアップル缶詰 パセリ	若鶏のパン粉焼き 鶏むね 食塩 こしょう にんにくおろし マヨネーズ 調合油 パン粉 パルメザンチーズ パセリ	白身魚のふわふわ揚げ まだら 薄力粉 ベーキングパウダー 水 調合油 マヨネーズ ケチャップ	切干し大根の酢の物 切干しだいこん ほしひじき しらす干し きゅうり にんじん 穀物酢 車糖 食塩 ごま	ピーズサラダ だいず水煮 きゅうり にんじん キャベツ マヨネーズ ほしひじき 生竹輪	肉野菜炒め 牛もも にんじん キャベツ りよくとうもやし たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが	さばの味噌煮 まさば こいくちしょうゆ 車糖 本みりん 清酒 赤だしみそ 淡色辛みそ しょうが ほうれん草と白菜の海苔和え ほうれんそう はくさい もみのり こいくちしょうゆ 車糖	豚汁 豚もも 大根 板こんにやく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし
小松菜のおかか和え こまつな かつお缶詰 粉かつお こいくちしょうゆ	じゃが芋のソテー じゃがいも にんじん 青ピーマン ベーコン 調合油 食塩 こしょう	けんちん汁・ 鶏もも さといも にんじん ごぼう 油揚げ 葉ねぎ 混合だし うすくちしょうゆ 食塩	中華スープ・ チンゲンサイ エリンギ りよくとうもやし 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	パインヨーグルト パインアップル缶詰 ヨーグルト	春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとうもやし ロースハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ	中華風コンスープ 鶏卵 スイートコーン缶詰 たまねぎ パセリ だし かたくり粉 食塩		
すまし汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 葉ねぎ	味噌汁・ 大根 カットわかめ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし 油揚げ							
成分値 エネルギー : 502 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 412 mg	527 kcal 20.2 g 25.0 g 2.1 g 292 mg	530 kcal 17.7 g 21.2 g 1.6 g 329 mg	520 kcal 17.2 g 18.4 g 0.9 g 342 mg	587 kcal 22.7 g 21.5 g 1.5 g 391 mg	520 kcal 16.7 g 20.0 g 0.9 g 302 mg	511 kcal 13.3 g 19.9 g 2.0 g 209 mg		
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶
	揚げ桜エビ さくらえび プレミックス粉 調合油	焼き立てパン(レーズン) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 干しぶどう	スイートポテト さつまいも 車糖 鶏卵 マーガリン 普通牛乳	パームケーキ バームクーヘン キャンデーチーズ キャンデーチーズ	きなこマカロニ マカロニ・スパゲッティ きな粉 車糖	オレンジ色のチーズ蒸しパン 薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 車糖 トマトジュース 調合油 切れてるチーズ 干しぶどう	揚げ玉おにぎり(おやつ) 米 葉ねぎ 天かす めんつゆ きずのり おやつこんぶ おやつこぶ	
	成分値 エネルギー : 502 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 412 mg	527 kcal 20.2 g 25.0 g 2.1 g 292 mg	530 kcal 17.7 g 21.2 g 1.6 g 329 mg	520 kcal 17.2 g 18.4 g 0.9 g 342 mg	587 kcal 22.7 g 21.5 g 1.5 g 391 mg	520 kcal 16.7 g 20.0 g 0.9 g 302 mg	511 kcal 13.3 g 19.9 g 2.0 g 209 mg	

*都合により献立を変更することがあります。

10月献立表

令和6年 10月

[未満児]

		18(金)	19(土)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳
	おやつ おやついりこ(朝) かえりちりめん	炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し	炭酸せんべい 炭酸せんべい	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	スナックパン スナックパン	バナナ バナナ	
昼食	★ 誕生会 ★	牛丼 米 米粒麦 牛もも たまねぎ 根深ねぎ こいくちしょうゆ 車糖 しょうが なたね油 混合だし	バターチキンカレー 鶏もも たまねぎ にんじん ほんしめじ 水 トマト缶詰 カレールー 普通牛乳 無塩バター	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	豆腐ハンバーグ あいびき ソフト豆腐 たまねぎ パン粉 鶏卵 普通牛乳 ナツメグ 食塩 こしょう ケチャップ	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦
	ホットドック ロールパン 皮つきウインナー キャベツ カレー粉 なたね油 鶏卵 マヨネーズ ケチャップ	みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし	キャベツとツナのサラダ キャベツ きゅうり まぐろ缶詰 胡麻ドレッシング スイートコーン	マカロニサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ ロースハム きゅうり スイートコーン マヨネーズ	いんげんの胡麻和え さやいんげん ごま にんじん こいくちしょうゆ 車糖	加いの照り焼き まがれい こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒	ささみフライ ささ身 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 調合油	ポテトサラダ じゃがいも きゅうり ロースハム にんじん たまねぎ マヨネーズ
	フライドポテト フライドポテト	カップゼリー ゼリー	みかんヨーグルト みかん缶詰 ヨーグルト	すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ	コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ	五目豆 だいず ごぼう にんじん 生しいたけ 板こんにやく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし 料理酒	すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	旬のフルーツ ..
	ブロccoliのゴマドレ和え ブロccoli 胡麻ドレッシング まぐろ缶詰 にんじん	コンソメスープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ 食塩	コンソメスープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ 食塩	旬のフルーツ ..	コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..
	コンソメスープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ 食塩	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	
	プリンアラモード プリン みかん缶詰 バナナ クリーム	ビスケット ビスケット キャンデーチーズ キャンデーチーズ	ハンせんべい フランスパン マヨネーズ パルメザンチーズ	焼き芋 さつまいも キャンデーチーズ キャンデーチーズ	フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖 ヨーグルト コーンフレーク	スープご飯 米 豚ひき肉 キャベツ 青ピーマン 鶏卵 だし こいくちしょうゆ かたくり粉 調合油	みたらし団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖	
成分値	<一日合計> エネルギー : 617 kcal 脂質 : 31.0 g たんぱく質 : 25.3 g 塩分 : 2.0 g カルシウム : 374 mg	539 kcal 18.7 g 21.7 g 1.2 g 319 mg	419 kcal 22.6 g 20.4 g 1.9 g 378 mg	518 kcal 18.4 g 21.7 g 1.6 g 331 mg	462 kcal 16.9 g 19.0 g 1.1 g 316 mg	530 kcal 9.5 g 21.0 g 1.4 g 205 mg	589 kcal 21.7 g 23.0 g 1.3 g 269 mg	
	26(土)	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)			
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	
	コーンフレーク コーンフレーク	スティック人参 にんじん	スティック人参 にんじん	スティック人参 にんじん	スティック人参 にんじん	スティック人参 にんじん	スティック人参 にんじん	
昼食	★ 運動会 ★	ロールパン ロールパン ツナとじゃが芋のチーズ焼き まぐろ缶詰 じゃがいも ピザチーズ マヨネーズ 食塩 こしょう パセリ パン粉	麦ご飯 米 米粒麦 れんこんのはさみ焼き 鶏ひき肉 たまねぎ 生しいたけ しょうが パン粉 食塩 調合油 みりん風調味料 こいくちしょうゆ かたくり粉 れんこん 薄力粉 混合だし	納豆ごはん 米 米粒麦 糸引き納豆 こいくちしょうゆ さわらの塩こうじ焼き さわら 塩麹 高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 生しいたけ 鶏卵 グリーンピース 混合だし 車糖 こいくちしょうゆ にんじん	親子丼 米 米粒麦 鶏卵 鶏もも たまねぎ 根深ねぎ 切りみつば 生しいたけ 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 車糖 混合だし みりん風調味料	かぼちゃの土佐煮 西洋かぼちゃ 花かつお こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 混合だし	みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ
	具たくさんスープ スイートコーン にんじん 大根 ぶなしめじ はくさい ベーコン 食塩 こしょう コンソメ	胡瓜とわかめの酢の物 きゅうり カットわかめ しらす干し 穀物酢 車糖 食塩	さつま汁 さつまいも 板こんにやく 油揚げ たまねぎ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし	みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	
	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	
	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	
	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	
3時	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	
	小柱ご飯 米 米粒麦 貝柱 うすくちしょうゆ みりん風調味料 食塩	麩のラスク(ココア味) おつゆ麩 マーガリン 車糖 ビューアココア	アイスボックスクッキー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー	アイスボックスクッキー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー	アイスボックスクッキー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー	アイスボックスクッキー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー	アイスボックスクッキー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー	
成分値	<一日合計> エネルギー : 0 kcal 脂質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	571 kcal 20.0 g 22.2 g 2.2 g 282 mg	476 kcal 19.2 g 19.3 g 2.1 g 304 mg	551 kcal 21.8 g 24.5 g 1.4 g 275 mg	497 kcal 16.9 g 21.2 g 1.4 g 315 mg	497 kcal 16.9 g 21.2 g 1.4 g 315 mg	497 kcal 16.9 g 21.2 g 1.4 g 315 mg	

*都合により献立を変更することがあります。