

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
1 (土) 15 (土)	スープスパゲティ フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、あさり水煮缶、たまねぎ 赤ピーマン、しめじ、こまつな、にんにく、オリーブ油、水、洋風だしの素 食塩、こしょう/みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶/せんべい /クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
3 (月) 24 (月)	御飯 納豆汁(だいこん・にんじん) 鶏肉の甘辛煮 かぶと人参の甘酢付け	クラッカー/牛乳/米/挽きわり納豆、だいこん、にんじん、ねぎ、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏もも肉(皮付き)、砂糖、しょうゆ、酒 /かぶ、かぶ・葉、にんじん、砂糖、食塩、酢/さつまいも、きな粉、砂糖 食塩/牛乳	クラッカー 牛乳 きな粉ポテト 牛乳
4 (火) 18 (火)	御飯 麩のすまし汁(わかめ) 厚揚げのみそ炒め きゅうりのピクルス	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/焼ふ、カットわかめ、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/豚肉(肩ロース)、生揚げ、たまねぎ にんじん、ねぎ、ピーマン、しょうが、にんにく、ごま油、米みそ、しょうゆ 砂糖、片栗粉/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩 /ホットケーキ粉、牛乳/牛乳	ヨーグルト お茶 ホットケーキ 牛乳
5 (水) 19 (水)	御飯 みそ汁(あさり) スタミナ焼肉 チンゲン菜の昆布和え(もやし)	ブルー/牛乳/米/あさり水煮缶、ねぎ、かつおだし汁 米みそ/豚肉(肩ロース)、にんにく、たまねぎ、ごま、しょうゆ みりん、油/チンゲンサイ、もやし、塩こんぶ、ごま油/せんべい /クラッカー/牛乳	ブルー 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
6 (木) 20 (木)	にんじんごはん みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 鶏のから揚げ きんぴらごぼう	せんべい/牛乳/米、にんじん、しょうゆ、食塩/切り干しだいこん、たまねぎ カットわかめ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ/鶏もも肉(皮付き)、しょうが にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉/ごぼう、にんじん、ごま油 しょうゆ、砂糖、いんげん/りんご、砂糖、米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油 砂糖、干しぶどう/牛乳	せんべい 牛乳 りんご蒸しパン(米粉) 牛乳
7 (金) 21 (金)	御飯 すまし汁(じゃが芋) さけの西京焼き 白和え(ほうれん草・ひじき)	チーズ/麦茶(浸出液)/米/じゃがいも、しいたけ、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/さけ、米みそ、みりん、砂糖 /ほうれん草、にんじん、ひじき、しょうゆ、木綿豆腐、すりごま、砂糖 食塩/かぼちゃ、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖 牛乳、油/牛乳	チーズ お茶 かぼちゃドーナツ 牛乳
8 (土) 22 (土)	けんちんうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、だいこん、さといも、にんじん ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩/オレンジ /せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
11 (火) 25 (火)	御飯 スープ(豆腐) 豚肉の香味焼き 五目野菜のみそ煮	ヨーグルト(加糖)/麦茶(浸出液)/米/木綿豆腐、カットわかめ、かつおだし汁 食塩、白こしょう/豚肉(肩ロース)、ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒 /れんこん、ごぼう、にんじん、さといも、干しいたけ、油揚げ、いんげん、油 かつお・昆布だし汁、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖/豆乳、砂糖 コーンスターチ、水、みかん缶/牛乳	ヨーグルト お茶 ブランチ 牛乳
12 (水) 26 (水)	カレーライス フレンチサラダ フルーツポンチ(もも)	ブルー/牛乳/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールウ/キャベツ、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩、白こしょう /みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶、干しぶどう/せんべい /クラッカー/牛乳	ブルー 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
13 (木)	御飯 みそ汁(だいこん・にんじん) かじきの竜田揚げ 小松菜のごまあえ	せんべい/牛乳/米/だいこん、にんじん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁 米みそ/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油、/こまつな、にんじん 油揚げ、しょうゆ、砂糖、ごま/米、もち米、水、米みそ、砂糖、みりん /牛乳	せんべい 牛乳 五平餅 牛乳
14 (金) 28 (金)	御飯 きのこのスープ ナゲット(豆腐・もも肉) ひじきのマリネ	チーズ/麦茶(浸出液)/米/しいたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん いんげん、油、水、洋風だしの素、食塩/鶏もも肉、食塩、鶏ひき肉 木綿豆腐、たまねぎ、しょうが、にんにく、食塩、こしょう、片栗粉、油 /ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油 酢、食塩/クラッカー、いちごジャム/牛乳	チーズ お茶 クラッカーサンド(いちごジャム) 牛乳
17 (月)	きつねうどん 磯辺さつまいも(焼き) りんご	クラッカー/牛乳/干しうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、にんじん 鶏もも肉、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩/さつまいも 米粉、あおりのり、水、油/りんご/米、うめ干し、しらす干し、ごま /牛乳	クラッカー 牛乳 梅ちりおにぎり 牛乳
27 (木) 誕生会	くりごはん みそ汁(ほうれん草・あげ) ハンバーグ(レバー入り・煮込み) ブロッコリーと人参のおかか和え	せんべい/牛乳/米、もち米、ゆでくり、水、こんぶだし汁、酒、食塩/ほうれん草 もやし、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ/豚ひき肉、豚レバー たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖/ブロッコリー にんじん、しょうゆ、かつお節/さつまいも、砂糖、豆乳、米粉/牛乳	せんべい 牛乳 もっちりスイートポテト 牛乳
29 (土)	ツナトマトスパゲティ フルーツポンチ	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油 ツナ油漬缶、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩、パセリ粉/もも缶(白桃) パイン缶、みかん缶/せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
31 (月) ハロウィン	御飯 みそ汁(だいこん・にんじん) かじきの竜田揚げ 小松菜のごま和え(コーン)	クラッカー/牛乳/米/だいこん、にんじん、えのきたけ、油揚げ かつお・昆布だし汁、米みそ/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉 油/こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、ごま/かぼちゃ 小麦粉、きな粉、砂糖、食塩、バター、粉糖/牛乳	クラッカー 牛乳 かぼちゃクッキー 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	428Kcal	17.9g
	(466Kcal)	(18.6g)
3歳以上児	540Kcal	21.6g
	(574Kcal)	(23.0g)

()は、目標量です。



～行事食～

★誕生会(27日)

昼食

- ・栗ご飯
- ・みそ汁(ほうれん草・あげ)
- ・ハンバーグ(レバー入り煮込み)
- ・ブロッコリーと人参のおかか和え

午後おやつ

- ・もっちりスイートポテト
- ・牛乳

★ハロウィン(31日)

午後おやつ

- ・かぼちゃクッキー
- ・牛乳

