



10月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和6年9月27日

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	火	ご飯 国産鶏肉のマーマレード焼き ★シーチキンサラダ 冬瓜のスープ・りんご	牛乳 シュガーラスク	米、○フランスパン、○バター、マヨネーズ、○グラニュー糖、ごま	○牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、大豆水煮缶、ベーコン	りんご、キャベツ、にんじん皮むき、とうがん、きゅうり、マーマレード、たまねぎ	しょうゆ、コンソメ・粉末、食塩
2	水	ご飯 ぶりのゆうあん焼き 長芋と小松菜の塩炒め 切干大根と油揚げの味噌汁・オレンジ	牛乳 ごまクッキー	米、ながいも、○小麦粉、○バター、○砂糖、○すりごま、○ごま油	○牛乳、ぶり、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	オレンジ、こまつな、にんじん皮むき、万能ねぎ、切り干しだいこん、ゆず果汁	酒、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
3	木	ご飯 ポークチャップ さつま芋の素揚げ 白菜スープ・なし	牛乳 ココアの米粉ブラウニー	米、さつまいも、○米粉、○油、片栗粉、○砂糖、油、バター、○片栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○木綿豆腐、ベーコン	なし、たまねぎ、はくさい、ピーマン、にんじん皮むき、えのきたけ、葉ねぎ、○バナナ、にんにく	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
4	金	ご飯 回鍋肉・もやしのナムル 中華スープ・バナナ	牛乳 オレンジゼリー	米、○砂糖、砂糖、ごま、ごま油、油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、○セラチン	根切りもやし、○オレンジ濃縮果汁、バナナ、キャベツ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、○みかん缶、ピーマン、にら、○みかん缶(液汁)	しょうゆ、酒、しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、鶏がらだしの素、鶏がらだし・粉末、食塩
7	月	ご飯・鮭の塩焼き 五目豆・しめじの味噌汁 オレンジ	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、板こんにやく、砂糖	○牛乳、さけ、ゆで大豆、木綿豆腐、ちくわ、○卵、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、○いちごジャム、万能ねぎ、しめじ	みりん、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、食塩
8	火	ご飯 国産牛肉と青梗菜の味噌炒め れんこんチップ 麩のすまし汁・バナナ	牛乳 きな粉クッキー	米、○小麦粉、○油、○砂糖、油、焼ふ	○牛乳、牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、○きな粉	チンゲンサイ、バナナ、れんこん、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきたけ、葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、食塩、かつおだし・鰹節
9	水	パン ★タラの香草パン粉焼き マカロニナポリタン じゃがいものスープ・オレンジ	牛乳 チヂミ	ロールパン、じゃがいも、クロワッサン、○小麦粉、マヨネーズ、マカロニ、パン粉、○ごま油、食パン	○牛乳、たら、ベーコン、○ツナ油漬缶(きはだ)、粉チーズ、○しらすず干し	オレンジ、たまねぎ、しめじ、にんじん皮むき、ピーマン、コーン缶、○にら、○コーン缶	ケチャップ、鶏がらだしの素、○しょうゆ、○鶏がらだし・粉末、パセリ粉、○食塩
10	木	ご飯 国産豚肉と大根の甘辛煮 ちくわの磯辺揚げ キャベツの味噌汁・りんご	牛乳 ★バナナブレッド	米、○ホットケーキ粉、天ぷら用バター、砂糖、○マーガリン、油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、ちくわ、○卵、○ヨーグルト(無糖)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	だいこん皮むき、りんご、にんじん皮むき、キャベツ、グリーンピース(水煮缶詰)、○バナナ、葉ねぎ、しょうが、あおのり	酒、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、食塩
11	金	ご飯 国産鶏のスタミナ焼き 小松菜の和風サラダ オニオンスープ・柿	カップでヤクルト	米、和風ドレッシング、砂糖、ごま油、ごま	○カップでヤクルト、鶏もも肉(皮付)、チーズ	こまつな、たまねぎ、かき、ミニトマト、にんじん皮むき、葉ねぎ、パセリ、にんにく、しょうが	しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉末、食塩
12	土	牛丼 ちくわの味噌汁 バナナ	せんべい	米、じゃがいも、しらたき、砂糖	牛肉 切り落とし、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)
15	火	ご飯 さわらのねぎソース 切干大根の旨煮 高野豆腐の味噌汁・オレンジ	牛乳 りんごのショートブレッド	米、○小麦粉、○砂糖、○バター、砂糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、さわら、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、凍り豆腐	オレンジ、にんじん皮むき、葉ねぎ、切り干しだいこん、たまねぎ、○りんごジャム、しょうが	酢、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹節
16	水	ご飯 国産豚肉とキャベツの塩炒め ポテト春巻き 豆乳スープ・バナナ	牛乳 シュガーパイ	米、じゃがいも、春巻きの皮、油、○グラニュー糖	○牛乳、調整豆乳、豚肉(もも)、生揚げ、大豆水煮缶、チーズ、ベーコン	バナナ、キャベツ、にんじん皮むき、たまねぎ、コーン缶	鶏がらだしの素、酒、食塩
17	木	ご飯 さばのごま味噌焼き かぼちゃの煮物 豆腐のすまし汁・りんご	牛乳 ★コーンマヨトースト	米、食パン、○マヨネーズ、砂糖、ごま	○牛乳、さば、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	かぼちゃ、りんご、にんじん皮むき、たまねぎ、○コーン缶、万能ねぎ、グリーンピース(水煮缶詰)、○クリームコーン缶、しょうが	かつおだし汁、みりん、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
18	金	ご飯 国産鶏肉の照り焼き ほうれん草のソテー なめこの味噌汁・オレンジ	牛乳 きなこラスク	米、○フランスパン、○バター、○グラニュー糖、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○きな粉	ほうれん草、オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、なめこ、しめじ、万能ねぎ	酒、しょうゆ、みりん、中華だしの素、かつおだし・鰹節、しょうゆ(うすくち)、食塩
19	土	チャーハン コンソメスープ バナナ	米棒	米、○玄米、○水あめ、○砂糖、○油、ごま油	ワインナーソーセージ、ベーコン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、根切りもやし、ピーマン	中華だしの素、○しょうゆ、コンソメ・粉末、しょうゆ(うすくち)、食塩
21	月	ご飯 あじのバター醤油焼き 切干大根のカレー炒め 野菜スープ・りんご	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、○バター、バター、砂糖	○牛乳、あじ、木綿豆腐、○卵、牛ひき肉、豚ひき肉、ベーコン	りんご、にんじん皮むき、○マーマレード、たまねぎ、切り干しだいこん、しめじ、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、みりん、食塩、カレー粉
22	火	パン 国産鶏のアップルジンジャー ★さつまいものコロコロサラダ チンゲン菜のスープ・バナナ	牛乳 マカロニあべかわ	さつまいも(皮付)、ロールパン、クロワッサン、○マカロニ、○砂糖、マヨネーズ、砂糖、ごま油、食パン	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、豚肉(肩ロース)、○きな粉、ハム	バナナ、チンゲンサイ、りんごジャム、きゅうり、にんじん皮むき、しょうが、レモン果汁、にんにく	しょうゆ、酒、中華だしの素、食塩、○食塩
23	水	ご飯 鮭のしょうが焼き 卵の花の炒り煮 たっぷりきのこ味噌汁・オレンジ	牛乳 もちもちチーズパン	米、○ホットケーキ粉、○白玉粉、油、砂糖	○牛乳、さけ、おから、木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、○粉チーズ	オレンジ、たまねぎ、葉ねぎ、まいたけ、しめじ、えのきたけ、にんじん皮むき、いんげん、しょうが、干しいたけ	しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節
24	木	ご飯・岩のり 国産豚肉と豆腐の旨煮 ながいものオープン焼き 人参の味噌汁・バナナ	牛乳 ココア豆乳プリン	米、ながいも、○砂糖、油、片栗粉、砂糖	○牛乳、○調整豆乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ、○セラチン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、にんじんのり佃煮、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
25	金	ピピンパ丼 粉ふき芋 わかめスープ・オレンジ	牛乳 バナナクッキー	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、○油、○片栗粉、ごま、砂糖、ごま油	○牛乳、牛肉(もも)	オレンジ、ほうれん草、大豆もやし、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきたけ、○バナナ、生わかめ、コーン缶、にんにく	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、酒、食塩
26	土	とり丼 玉ねぎの味噌汁 バナナ	クラッカー	米、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、えのきたけ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、みりん
28	月	ご飯 さわらのムニエル キャベツとウインナーのソテー 豆スープ・りんご	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、小麦粉、バター、油	○牛乳、さわら、ウインナーソーセージ、ゆで大豆、ベーコン	りんご、キャベツ、にんじん皮むき、根切りもやし、たまねぎ、○いちごジャム	鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
29	火	ご飯 国産牛肉とたけのこの炒め物 もやしの和え物 大根の味噌汁・オレンジ	牛乳 ★オニオンブレッド	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○マヨネーズ、ごま油、ごま、油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、生揚げ、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、○卵、油揚げ、ちくわ、○ハム、○とろけるチーズ	根切りもやし、オレンジ、にんじん皮むき、たけのこ(水煮缶)、きゅうり、○たまねぎ、たまねぎ、だいこん皮むき、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、○パセリ粉
30	水	ご飯 チキンカツ 和風おからサラダ えのきの味噌汁・バナナ	ヨーグルト	米、パン粉、小麦粉、油	○ソール元気ヨーグルト、鶏ささ身(筋なし)、木綿豆腐、おから、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、きゅうり、生わかめ、えのきたけ	酢、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、食塩
31	木	ハヤシライス ★キャベツのサラダ オレンジ	野菜ジュース おぼけクッキー	米、マヨネーズ、ごま	牛肉(肩ロース)、ハム	たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、キャベツ、かまゆ、しめじ、きゅうり、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。
 ※アレルギー対応について
 昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。
 卵を使った料理には★印をつけています。
 離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

10月9日・22日
 ひまわり・こすもす・なのはな・むぎ組園児のパンは、
 パンバイキングになります。