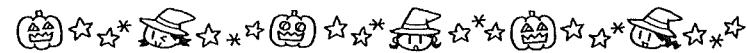


10月 給食だより



日付	献立	使用食品	朝のおやつ	おやつ	日付	献立	使用食品	朝のおやつ	おやつ
1 (月)	牛丼 ごま和え みそ汁	米/牛スライス肉・玉ネギ・春菊・糸こんにゃく・油・出し・ さとう・しょうゆ・みりん/法れん草・白菜・黒ごま・しょうゆ/ 豆腐・エノキ・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	大学芋 牛乳	17 (水)	ミートスパゲティ フルーツヨーグルト スープ	スパゲティ・牛ミンチ・玉ネギ・人参・ホールトマト缶・ 土生姜・にんにく・油・デミグラスソース・粉チーズ/ ヨーグルト・黄桃缶・みかん缶・パイン缶・プルーン/ 鶏もも肉・小松菜・もやし・人参・コンソメ・塩	小魚 カンパン ミルク	五平もち 牛乳
2 (火)	焼そば ポテ玉サラダ 豆乳スープ	中華そば・豚バラ肉・キャベツ・玉ネギ・人参・もやし・ ピーマン・油・焼そばソース・青のり・花かつお/じゃが芋・ 玉ネギ・人参・胡瓜・シーチキン缶・卵・マヨネーズ・塩/ 小松菜・玉ネギ・しめじ・人参・ベーコン・豆乳・コンソメ・塩	小魚 ミルク	フルーツサンド ヨーグルト	18 (木)	ごはん 肉じゃが 青菜ソティ みそ汁	米/じゃが芋・玉ネギ・人参・牛スライス肉・糸こんにゃく・ (冷)インゲン・油・出し・さとう・しょうゆ・みりん/小松菜・ 玉ネギ・人参・ベーコン・コーン缶・油・しょうゆ・塩/豆腐・ エノキ・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	じゃこトースト 牛乳
3 (水)	ごはん 白身魚のホイル焼き 高野豆腐の卵とし みそ汁	米/タラ切身・油・塩・しょうゆ・酒・玉ネギ・生しいたけ・ エノキ・しめじ/卵・高野豆腐・人参・干しいたけ・ (冷)絹サヤ・出し・さとう・しょうゆ・みりん/南瓜・玉ネギ・ 人参・ネギ・出し・みそ	小魚 カンパン ミルク	コーンマヨパン 牛乳	19 (金)	菜めしごはん えびマヨオムレツ 人参サラダ スープ	米・菜めしごはんの素/卵・玉ネギ・人参・ピーマン・ じゃが芋・(冷)むきえび・油・塩・マヨネーズ・ピザ用チーズ/ 人参・胡瓜・レーズン・シーチキン缶・コーン缶・ドレッシング/ ベーコン・小松菜・玉ネギ・人参・しめじ・コンソメ・塩	小魚 ミルク	ふかし芋 果物 牛乳
4 (木)	ごはん 松風焼 じゃが芋のきんぴら 清汁	米/鶏ミンチ・玉ネギ・油・みそ・みりん・酒・パン粉・卵・ 白ごま/じゃが芋・人参・豚バラ肉・糸こんにゃく・ピーマン・ 白ごま・油・さとう・しょうゆ・酒/豆腐・色板・法れん草・出し・ しょうゆ・みりん	小魚 ミルク	かぼちゃの パンケーキ 牛乳	20 (土)	ごはん 豚カツ 大根サラダ みそ汁	米/豚ハレ肉・油・塩・小麦粉・卵・パン粉・ソース・ ケチャップ/大根・人参・かいわれ・海藻ミックス・はんぺん・ 酢・さとう・しょうゆ・ゴマ油/南瓜・人参・玉ネギ・ネギ・ 出し・みそ	ビスケット ヨーグルト	サブレ 牛乳
5 (金)	カレーライス サラダ 果物	米・じゃが芋・玉ネギ・人参・牛スライス肉・油・カレールウ/ ブロッコリー・胡瓜・トマト・コーン缶・ ドレッシング/ピオーネ	小魚 ミルク	豆乳くずもち 牛乳	22 (月)	ごはん 鶏肉の梅風味焼き ミモザサラダ みそ汁	米/鶏もも肉・油・塩・梅干・みりん/卵・ブロッコリー・ 胡瓜・人参・シーチキン缶・マヨネーズ・塩/玉ネギ・人参・ 京揚げ・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	サツマイモの きなこ和え 牛乳
6 (土)	ロールパン チャウダー風 ビーンズサラダ 果物	ロールパン/じゃが芋・玉ネギ・人参・鶏もも肉・ベーコン・ キャベツ・しめじ・油・牛乳・クリームシチューの素・ (冷)絹サヤ/ミックスビーンズ・人参・胡瓜・トマト・ シーチキン缶・ドレッシング/みかん	ビスケット ヨーグルト	クラッカー 牛乳	23 (火)	チャンポン麺 切干大根の煮付け チーズ	中華そば・白菜・玉ネギ・人参・もやし・干しいたけ・ ピーマン・豚スライス肉・タケノコ水煮・ナルト・油・ ガラスープ・塩・しょうゆ・ゴマ油・片栗粉/干切大根・人参・ うす揚・(冷)インゲン・出し・さとう・しょうゆ・みりん/チーズ	小魚 ミルク	おにぎり みそ汁
9 (火)	肉うどん レバーの甘辛煮 チーズ	うどん・牛スライス肉・玉ネギ・ネギ・出し・しょうゆ・みりん/ 鶏レバー・土生姜・にんにく・油・さとう・しょうゆ・みりん・酒/ チーズ	小魚 ミルク	アメリカンドッグ 牛乳	24 (水)	くり型のサツマイモごはん チキン南蛮 法れん草のお浸し みそ汁	米・サツマイモ・塩・酒・黒ごま/鶏もも肉・油・小麦粉・ 片栗粉・卵・玉ネギ・セロリ・ピクルス・レモン・マヨネーズ・ 酢・さとう・塩・酢・さとう・しょうゆ/法れん草・花かつお・ しょうゆ/もやし・人参・玉ネギ・竹輪・ネギ・出し・みそ	小魚 カンパン ミルク	モンブラン 牛乳
10 (水)	ごはん 鮭の西京焼き 五目豆 かき玉汁	米/鮭切身・油・塩・白みそ・みりん・酒/大豆・人参・ゴボウ・ レンコン・角切昆布・出し・さとう・しょうゆ・みりん/ 卵・しろな・色板・出し・しょうゆ・みりん	小魚 カンパン ミルク	チヂミ焼 ヨーグルト	25 (木)	ごはん 白身魚の照焼 春雨の酢の物 豚汁	米/カラスカレイ・油・さとう・しょうゆ・みりん・酒/春雨・ 胡瓜・人参・ロースハム・酢・さとう・しょうゆ・ゴマ油/ 豚バラ肉・大根・人参・ゴボウ・うす揚・(冷)里芋・ネギ・ 出し・みそ	小魚 ミルク	ピザトースト ヨーグルト
11 (木)	ごはん 酢豚 サツマイモの旨煮 中華スープ	米/豚ハレ肉・土生姜・しょうゆ・酒・油・片栗粉・玉ネギ・人参 タケノコ水煮・干しいたけ・ピーマン・パイン缶・ガラスープ・さとう・ 酢・しょうゆ・ゴマ油/サツマイモ・糸切昆布・出し・さとう・しょうゆ・ みりん/チンゲン菜・人参・もやし・ロースハム・ガラスープ・塩	小魚 ミルク	りんごトースト 牛乳	26 (金)	ハヤシライス サラダ 果物	米・牛スライス肉・玉ネギ・マッシュルーム缶・ ホールトマト・油・ハヤシルウ/ブロッコリー・胡瓜・トマト・ コーン缶・酢・さとう・しょうゆ・ゴマ油/みかん	小魚 ミルク	人参ゼリー 牛乳
12 (金)	カレーライス サラダ 果物	米・じゃが芋・玉ネギ・人参・牛スライス肉・油・カレールウ/ ブロッコリー・胡瓜・トマト・コーン缶・ ドレッシング/梨	小魚 ミルク	ジャムサンド 牛乳	27 (土)	肉うどん 法れん草のおかか和え 果物	うどん・牛ライス肉・玉ネギ・ネギ・出し・しょうゆ・みりん/ 法れん草・花かつお・しょうゆ/パイン缶	ビスケット ヨーグルト	クッキー 牛乳
13 (土)	お弁当日		ビスケット ヨーグルト	クッキー 牛乳	29 (月)	ふりかけごはん 鶏肉の香味焼き ナムル かき玉スープ	米・かつおふりかけ/鶏もも肉・油・ガラスープ・塩・酒・ ゴマ油/法れん草・もやし・人参・ぜんまい水煮・さとう・ しょうゆ・ゴマ油・白ごま/卵・とうみょう・人参・色板・ ガラスープ・塩	小魚 ミルク	にゅうめん 牛乳
15 (月)	ゆかりごはん 豆腐のそぼろあんかけ 竹輪の磯辺揚げ みそ汁	米・ゆかり粉/豆腐・鶏ミンチ・玉ネギ・人参・生しいたけ・ しめじ・エノキ・(冷)絹サヤ・出し・さとう・しょうゆ・みりん・ 片栗粉/竹輪・油・小麦粉・卵・青のり/南瓜・人参・玉ネギ・ ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	オレンジ風味 蒸しパン 牛乳	30 (火)	カレーうどん かぼちゃのそぼろ煮 ウインナー	うどん・牛スライス肉・玉ネギ・人参・うす揚・ネギ・出し・ カレールウ/南瓜・鶏ミンチ・出し・さとう・しょうゆ・みりん・ 片栗粉/魚肉ソーセージ	小魚 ミルク	きなこパン ヨーグルト
16 (火)	ごはん 鯖の塩焼き ひじき炒り煮 みそ汁	米/鯖切身・油・塩/ひじき・大豆・うす揚・竹輪・人参・ (冷)インゲン・油・出し・さとう・しょうゆ・みりん/もやし・ 玉ネギ・人参・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	セサミトースト ヨーグルト	31 (水)	レーズンパン 南瓜のクリームシチュー サラダ 果物	レーズンパン/南瓜・玉ネギ・人参・鶏もも肉・ クリームコーン缶・油・牛乳・クリームシチューの素/ キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶・シーチキン缶・ ドレッシング/みかん	小魚 カンパン ミルク	かぼちゃのプリン 牛乳

10/24(水) お誕生日会メニュー

※仕入れの関係で、食材を変更する場合がありますので、御了承下さい。

◎ ★⇒新メニュー。新メニューとは、できるだけ多種類の味を体験しようという試みです。

※3歳以上児は、朝のおやつは提供していません。

《今月の給食栄養量》	
三歳未満児	エネルギー 537Kcal たんぱく質 21.8g 脂質15.6g カルシウム328mg 食塩 2.0g
三歳以上児	エネルギー584Kcal たんぱく質20.9g 脂質18.7g カルシウム221mg 食塩 2.0g



10月離乳食だより(後期)



日	献立	使用食品	日	献立	使用食品
1 (月)	お粥 しぐれ煮 ごま和え	米30g/牛ももスライス肉10g 玉ねぎ20g 油1g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々/ ほうれん草20g 白菜10g 黒ごま少々 しょうゆ少々	18 (木)	お粥 肉じゃが 青菜ソテー	米30g/じゃが芋10g 玉ねぎ10g 人参5g 牛スライス肉10g 油1g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々/小松菜10g 玉ねぎ10g 人参5g 魚肉ソーセージ5g 油1g しょうゆ少々 塩少々
2 (火)	焼そば ポテトサラダ 豆乳スープ	中華そば80g 豚バラ肉10g キャベツ10g 玉ねぎ10g 人参5g もやし5g ピーマン5g 油1g 中濃ソース4g 青のり少々 花かつお少々/じゃが芋20g 玉ねぎ5g 人参5g 胡瓜10g ツナ水煮缶5g マヨドレ2g/小松菜10g 玉ねぎ10g しめじ5g 魚肉ソーセージ5g 豆乳10g 削り節適宜 塩少々	19 (金)	お粥 ツナマヨグラタン 人参サラダ	米30g/玉ねぎ10g 人参5g ピーマン5g じゃが芋20g ツナ水煮缶5g 油1g 塩少々 マヨドレ2g/人参15g 胡瓜10g レーズン5g ツナ水煮缶5g 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g
3 (水)	お粥 白身魚のオイル焼き 高野豆腐の煮付け	米30g/タラ切身30g 油1g 塩少々 しょうゆ少々 玉ねぎ10g 生椎茸5g エノキ5g しめじ5g/高野豆腐3g 人参10g 干し椎茸0.5g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々	20 (土)	お粥 豚カツ 大根サラダ	米30g/豚へレ肉20g 油2g 塩少々 小麦粉1g パン粉1g ケチャップ少々/ 大根20g 人参5g かいわれ0.5g 海藻ミックス0.5g 魚肉ソーセージ5g 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g
4 (木)	お粥 松風焼 じゃが芋のきんぴら	米30g/鶏ミンチ20g 玉ねぎ20g 油1g みそ少々 パン粉1g 白ごま少々/ じゃが芋20g 人参5g 豚バラ肉5g ピーマン5g 白ごま少々 油1g 三温糖0.5g しょうゆ少々	22 (月)	お粥 鶏肉の梅風味焼 サラダ	米30g/鶏もも肉20g 油1g 塩少々 梅干少々/ ブロッコリー20g 胡瓜10g 人参5g ツナ水煮缶5g マヨドレ2g
5 (金)	チーズ粥 カレーシチュー サラダ	米30g 粉チーズ1g/じゃが芋20g 玉ねぎ10g 人参10g 牛ももスライス肉10g 油1g カレールウ3g/ブロッコリー20g 胡瓜10g トマト10g 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g	23 (火)	チャンポン麺 切干大根の煮付け チーズ	中華そば80g 白菜15g 玉ねぎ10g 人参5g もやし5g 干し椎茸0.5g ピーマン5g ナルト5g 豚ももスライス肉10g タケノコ水煮5g 油1g 削り節適宜 塩少々 しょうゆ少々 ゴマ油1g 片栗粉1g/干切大根3g 人参10g うす揚5g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々/チーズ10g
6 (土)	ロールパン チャウダー風 ビーンズサラダ	ロールパン20g/じゃが芋10g 玉ねぎ10g 人参5g 鶏もも肉10g 魚肉ソーセージ5g キャベツ10g しめじ5g 油1g 牛乳10g クリームルウ3g/ ミックスビーンズ5g 人参5g 胡瓜10g トマト10g ツナ水煮缶5g マヨドレ2g	24 (水)	サツマイモ粥 チキン南蛮 法れん草のお浸し	米30g サツマイモ10g/鶏もも肉20g 油2g 小麦粉1g 片栗粉1g 玉ねぎ5g セロリ5g ピクルス5g レモン少々 マヨドレ2g 酢少々 三温糖0.5g 塩少々 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々/法れん草20g 花かつお少々 しょうゆ少々
9 (火)	肉うどん レバーの煮付け チーズ	うどん80g 牛ももスライス肉10g 玉ねぎ20g 削り節適宜 しょうゆ少々/ 鶏レバー20g 土生姜少々 にんにく少々 油1g 三温糖0.5g しょうゆ少々/ チーズ10g	25 (木)	お粥 白身魚の照焼 春雨の酢の物	米30g/カラスカレイ30g 油1g 三温糖0.5g しょうゆ少々/ 春雨5g 胡瓜10g 人参5g 魚肉ソーセージ5g 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g
10 (水)	お粥 鮭の西京焼き 五目豆	米30g/鮭切身30g 油1g 白みそ少々/ 大豆5g 人参5g ゴボウ5g レンコン5g 角切昆布0.5g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々	26 (金)	チーズ粥 ハヤシシチュー サラダ	米30g 粉チーズ1g/牛ももスライス肉20g 玉ねぎ20g マッシュルーム缶5g ホールトマト10g 油1g ハヤシルウ3g/ブロッコリー20g 胡瓜10g トマト10g 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g
11 (木)	お粥 酢豚 サツマイモの旨煮	米30g/豚へレ肉20g 土生姜少々 しょうゆ少々 油2g 片栗粉1g 玉ねぎ10g 人参5g タケノコ水煮5g 干し椎茸0.5g ピーマン5g 三温糖0.5g 酢少々 しょうゆ少々 ゴマ油1g/サツマイモ20g 糸切昆布0.5g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々	27 (土)	肉うどん 法れん草のおかか和え チーズ	うどん80g 牛ももスライス肉10g 玉ねぎ20g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々/ 法れん草20g 花かつお少々 しょうゆ少々/チーズ10g
12 (金)	チーズ粥 カレーシチュー サラダ	米30g 粉チーズ1g/じゃが芋20g 玉ねぎ10g 人参10g 牛ももスライス肉10g 油1g カレールウ3g/ブロッコリー20g 胡瓜10g トマト10g 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g	29 (月)	お粥 鶏肉の香味焼き ナムル	米30g/鶏もも肉20g 油1g 塩少々 ゴマ油1g/ 法れん草20g もやし5g 人参5g ぜんまい水煮5g 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g 白ごま少々
15 (月)	お粥 豆腐のそぼろあんかけ みそ汁	米30g/豆腐20g 鶏ミンチ10g 玉ねぎ10g 人参5g 生椎茸5g しめじ5g エノキ5g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々 片栗粉1g/南瓜10g 人参5g 玉ねぎ10g 削り節適宜 みそ少々	30 (火)	カレーうどん かぼちゃのそぼろ煮 ウインナー	うどん80g 牛ももスライス肉10g 玉ねぎ20g 人参5g うす揚5g 削り節適宜 カレールウ3g/南瓜20g 鶏ミンチ5g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々 片栗粉1g/魚肉ソーセージ5g
16 (火)	お粥 鮭の塩焼き ひじき炒り煮	米30g/鮭切身30g 油1g 塩少々/ ひじき2g 大豆5g うす揚5g 竹輪5g 人参5g 油1g 削り節適宜 三温糖0.5g しょうゆ少々	31 (水)	ロールパン 南瓜のクリームシチュー サラダ	ロールパン20g/南瓜20g 玉ねぎ10g 人参10g 鶏もも肉10g クリームコーン缶2g 油1g 牛乳10g クリームルウ3g/キャベツ15g 胡瓜10g 人参5g ツナ水煮缶5g 酢少々 三温糖0.5g しょうゆ少々 ゴマ油1g
17 (水)	ミートスパゲティ フルーツヨーグルト スープ	スパゲティ15g 牛ミンチ10g 玉ねぎ10g 人参5g ホールトマト10g 土生姜少々 にんにく少々 油1g ハヤシルウ3g 粉チーズ1g/ヨーグルト30g 黄桃缶10g みかん缶10g/鶏もも肉5g 小松菜10g もやし5g 人参5g 削り節適宜 塩少々			

※仕入れの関係で、食材を変更する場合がありますので、御了承下さい。