

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ (乳児)	3時おやつ	
			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			
01 金	カレーライス、かぼちゃのサラダ(ドレッシング和え)、ヨーグルト	538(489) 16.1(14.1) 10.6(10.3) 2.1(1.7)	米、じゃがいも、カレールー、油、◎ビスコ	牛肉、牛乳、ハム、ヨーグルト	◎かき、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、にんじん	ノンオイル減塩ごまドレッシング、塩	ビスコ	柿	
02 土	パン(お茶持参ください)								
04 月	コッペパン、食パン(1歳児のみ)、タンドリーチキン、コールスローサラダ、ミネストローネ	483(477) 25.0(21.0) 14.0(14.6) 2.4(2.1)	じゃがいも、○プリン(卵不使用)、マヨネーズ、○グラニュー糖、マカロニ、砂糖、コッペパン、食パン、◎ホームパイ	鶏肉、○牛乳、大豆、脱脂粉乳、ベーコン	キャベツ、ミックスベジタブル、たまねぎ、コーン、トマトピューレ、にんじん、レモン果汁、パセリ粉	ケチャップ、洋風だし、しょうゆ、カレー粉、おろしにんにく、塩、酢	ホームパイ	★プリン(カラメルソース)	
05 火	栗ごはん、コロッケ、ブロッコリーの白あえ、みそ汁(わかめ・えのき)	584(410) 18.2(13.6) 19.4(12.7) 2.9(2.1)	米、○蒸しパンミックス、○オレンジジュース、くり、油、○砂糖、○マーガリン、コロッケ	○牛乳、白和えの素、ツナ、みそ、○脱脂粉乳	ブロッコリー、えのき、にんじん、ねぎ、ごま、ごま、わかめ	だし汁、とんかつソース、酒、塩	アンパンマン お野菜せんべい	★オレンジ蒸しパン、牛乳	
06 水	御飯、さわらの照り焼き、ほうれん草のお浸し、豚汁、オレンジ	459(443) 21.7(22.1) 10.3(11.7) 1.9(1.9)	米、○グラニュー糖、○おつゆふ、○オリーブ油、砂糖、片栗粉、ごま油	みそ、豚肉、○きな粉、さわら、○ジョアストロベリー、◎ピピチーズ	ほうれん草、オレンジ、だいいん、にんじん、ごぼう、ねぎ	だし汁、しょうゆ、みりん、酒、うすくちしょうゆ	チーズ	★お麩ラスク、ジョア(ストロベリー)	
07 木	中華丼、蒸しシウマイ、もやしと人参のナムル、ぶどうゼリー	502(448) 16.2(12.6) 13.0(9.7) 2.6(1.8)	米、ごま油、片栗粉、砂糖、ぶどうゼリー、◎まがりせんべい、◎ミニゼリー	豚肉、赤板かまぼこ、しゅうまい	はくさい、もやし、にんじん、たまねぎ、たけのこ、いんげん、ごま、しいたけ	しょうゆ、中華だし、酢、塩、おろししょうが、おろしにんにく、こしょう	ミニゼリー	まがりせんべい、お茶	
08 金	御飯、鶏の竜田揚げ、マカロニサラダ、わかめスープ	467(433) 17.6(13.7) 17.6(14.0) 2.0(1.7)	米、マヨネーズ、マカロニ、油、片栗粉、○おととと	鶏肉、ハム、◎ヤクルト	きゅうり、にんじん、コーン、ねぎ、わかめ	しょうゆ、酒、中華だし、おろししょうが、塩	ヤクルト	おととと、お茶	
09 土	パン(お茶持参ください)								
11 月	焼きそば、焼きギョウザ、ブロッコリーのおかか和え、オレンジゼリー	534(412) 14.3(10.6) 23.6(18.1) 2.5(1.9)	焼きそば、○米、油、みかんゼリー、砂糖、◎白い風船	豚肉、餃子、○サケフレーク、かつお節	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、たまねぎ、あおりのり	とんかつソース、しょうゆ	白い風船	★さけおにぎり、お茶	
12 火	さつま芋御飯、鶏すき風煮物、切干し大根のごま和え、みそ汁(麩)	409(404) 16.1(14.0) 9.1(9.1) 2.1(1.6)	米、さつまいも、砂糖、麩、油、○キャラメルコーン、◎ブチクッキー	鶏肉、赤板かまぼこ、みそ、豆腐	はくさい、たまねぎ、きゅうり、しらたき、たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん、ねぎ、ごま、ごま	だし汁、酢、しょうゆ、酒、みりん、塩	ブチクッキー	キャラメルコーン、お茶	
13 水	御飯、さばのみそ煮、かに風味はるさめサラダ、すまし汁(小松菜・あげ)、フルーツ(桃缶)	588(567) 18.8(17.0) 21.5(18.8) 1.8(1.5)	米、○ホットケーキミックス、はるさめ、マヨネーズ、砂糖、油、○グラニュー糖	○牛乳、○豆乳、かに風味かまぼこ、油揚げ、みそ、さば	もも缶、きゅうり、ごまつな、にんじん、にんじん、しょうが、◎幼児りんごジュース	だし汁、しょうゆ、みりん、うすくちしょうゆ、酢、酒、塩	幼児りんご	★豆乳ボールドーナツ、牛乳	
14 木	御飯、豚肉のカレー風味焼き、かぼちゃの甘煮、みそ汁(しめじ・小松菜)	463(417) 20.6(18.7) 8.5(9.5) 1.9(1.8)	米、○米、砂糖、油、○ふじっこ塩こんぶ	豚肉、みそ、◎ピピチーズ	かぼちゃ、たまねぎ、ブロッコリー、しめじ、ごまつな	だし汁、みりん、しょうゆ、塩、カレー粉、おろししょうが、おろしにんにく、こしょう	チーズ	★茶粥	
15 金	黒糖ロールパン(3歳以上児)、ロールパン(2歳児)、食パン(1歳児のみ)、えびカツ、キャベツとベーコンのサラダ、コーンスープ	467(464) 15.3(14.5) 18.5(16.2) 2.7(2.5)	コーンスープ、油、黒糖ロールパン、◎ミニゼリー、食パン、ロールパン	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、えびカツ	○りんご、キャベツ、きゅうり、パセリ粉	ノンオイル減塩ごまドレッシング、ソース	ミニゼリー	りんご	
16 土	パン(お茶持参ください)								
18 月	牛丼、白菜とりんごのごま酢和え、みそ汁(だいいん)、チーズ	520(424) 23.0(17.9) 16.9(13.2) 2.1(1.6)	米、○チョコパバロアの素、砂糖	○牛乳、牛肉、みそ、油揚げ、チーズ(3歳以上)、ピピチーズ	はくさい、たまねぎ、だいいん、ねぎ、りんご、ごま	だし汁、しょうゆ、酢、みりん、おろししょうが	アンパンマン お野菜せんべい	★チョコパバロア	
19 火	遠足	0(30) 0(0) 0(0) 0(0)	◎ミニゼリー						
20 水	☆お誕生日メニュー☆、ゆかり御飯、豚カツ、スパゲッティナポリタン、厚焼き卵、ゆで野菜(ブロッコリー)、ミニゼリー	524(468) 15.5(14.6) 17.2(15.7) 1.7(1.5)	米、スパゲッティナポリタン、油、マヨネーズ、ミニゼリー、○ロールケーキ、○ミックスカラーズプレー、◎ぱりんこ	○生クリームホイップ、ヒレカツ、厚焼き卵	○りんごジュース、ブロッコリー、○もも缶、○みかん缶、ピーマン、ゆかり粉	ソース	ぱりんこ	★スコップケーキ、りんごジュース	
21 木	御飯、赤魚漬焼き、ひじき煮、かき玉汁、フルーツ(パイン缶)	422(431) 15.6(14.6) 6.6(5.8) 2.2(1.8)	米、砂糖、○いしやきいも、ごま油、片栗粉	卵、油揚げ、あかうお	パイン缶、にんじん、つきこんにやく、ねぎ、グリーンピース、ひじき、◎野菜ジュース	だし汁、しょうゆ、みりん、塩、おろししょうが	野菜ジュース	いしやきいも、お茶	
22 金	御飯、鶏肉ごまみそ焼、二色なます、すまし汁(はくさい・えのき)	488(392) 23.9(18.9) 15.3(12.8) 1.6(1.5)	米、砂糖、○ねじパン	○牛乳、鶏肉、油揚げ、みそ、◎ピピチーズ	だいいん、はくさい、にんじん、えのきたけ、ごま、あおりのり	だし汁、みりん、うすくちしょうゆ、酢、しょうゆ、塩	チーズ	ねじパン、牛乳	
23 土	パン(お茶持参ください)								
25 月	きのこハヤシライス、ポテトサラダ、フルーツヨーグルト	581(469) 14.3(11.1) 18.0(12.3) 2.2(1.6)	米、じゃがいも、ハヤシフレック、マヨネーズ、油、砂糖、○かっぱえびせん、◎ミニゼリー、○1才からのかっぱえびせん	牛肉、ヨーグルト、ハム	たまねぎ、もも缶、みかん缶、きゅうり、にんじん、えのき、グリーンピース、にんじん、しめじ	ケチャップ、塩	ミニゼリー	えびせん、お茶	
26 火	あんかけうどん、さつまいものてんぷら、りんごゼリー	531(465) 15.4(13.1) 16.8(12.7) 2.3(1.8)	うどん、○ココア、油、片栗粉、さつまいもの天ぷら、○砂糖、○リングドーナツ、りんごゼリー	○牛乳、鶏肉、赤板かまぼこ、◎ヤクルト	はくさい、たまねぎ、ねぎ	だし汁、しょうゆ、ソース、みりん、うすくちしょうゆ、塩	ヤクルト	リングドーナツ、ミルクココア	
27 水	ロールパン、食パン(1歳児のみ)、特製ハンバーグ、ブロッコリーの彩りサラダ、オニオンスープ	531(467) 20.9(18.1) 16.9(15.8) 2.0(2.0)	パン粉、砂糖、ロールパン、食パン、◎ほしたべよ	牛ひき肉、豚ひき肉、豆乳、ツナ缶、脱脂粉乳	ブロッコリー、たまねぎ、たまねぎ、コーン、にんじん、パブリカ、○バナナ、パセリ粉	ケチャップ、洋風だし、酢、塩、塩、ナツメグ、こしょう	星たべよ	バナナ	
28 木	御飯、鮭のちゃんちゃん焼き(郷土料理)、きゅうりとワカメの酢の物、みそ汁(じゃが芋)、デザートムース(いちご)	410(392) 17.4(18.6) 6.5(7.8) 2.4(2.3)	米、デザートムースいちご、じゃがいも、砂糖、イチゴソース、油、○ブチ肉まん	牛乳、みそ、みそ、さけ、◎ピピチーズ	きゅうり、キャベツ、たまねぎ、コーン、ねぎ、しめじ、わかめ、にんじん	だし汁、酢、みりん、しょうゆ、酒、塩、こしょう	チーズ	★ブチ肉まん、お茶	
29 金	☆ハロウィンメニュー☆チキンライス、クリームシチュー、かぼちゃのサラダ、ゆで野菜(ブロッコリー)	453(421) 11.1(9.5) 17.7(17.7) 3.3(2.7)	米、マヨネーズ、油、○かぼちゃプリン、◎ホームパイ、シチュールー	牛乳、ウインナーソーセージ、鶏肉	たまねぎ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、かぼちゃ、グリーンピース、きゅうり、にんじん、にんじん、パセリ粉	ケチャップ、塩、ソース	ホームパイ	かぼちゃプリン	

※19日は遠足の為、給食はありません。

※仕入れ材料の都合により献立内容を変更することもありますので、ご了承下さい。
★手作り又は少し手を加えたおやつです。