



〇〇 献立一覧表 〇〇

令和6年 10月

		1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)
10時		牛乳・ウエハース	牛乳 ポーロ	牛乳 クラッカー	牛乳 ハッピーターン	牛乳 ビスケット
昼食		飯 たまねぎのスープ 揚げ魚ごま風味 じゃこ和え	飯 わかめの味噌汁 肉豆腐 フレンチスパサラ	飯 タイピーエン かぼちゃの磯煮	飯 豆腐のすまし汁 松風焼き 大根の和風サラダ	飯 ごぼトン丼 かぼちゃの中華スープ
3時		牛乳 ★芋の天ぷら	牛乳 ★大豆甘煮	牛乳 ★レーズンのスコーン	牛乳 ★黒糖おやき	牛乳/かりんとう バナナ
		7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
10時		牛乳 クラッカー	牛乳・ウエハース	牛乳 ポーロ	牛乳 クラッカー	牛乳 ビスケット
昼食		飯 そばろにやく丼 白菜のサラダ バナナ	飯 じゃがいものみそ汁 魚のタンドリー風 菜焼き	飯 けんちん汁 鶏レバー甘辛煮 オレンジ	飯 スーミータン 麻婆豆腐 キャベツのおかか和え	飯 肉団子スープ 納豆和え バナナ
3時		牛乳 ★人参ジャムサンド	牛乳 ★ココアケーキ	牛乳 ★きな粉ちんすこう	牛乳 ★さつま芋の甘煮	牛乳 ★マカロニ黒蜜かけ
		14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
10時		牛乳 クラッカー	牛乳 ビスケット	牛乳・ウエハース	牛乳 ポーロ	牛乳 ハッピーターン
昼食		飯 なすとペンのミートグラタン 土佐酢和え風 オレンジ	飯 チンゲン菜と豆腐の味噌汁 鶏肉の照り焼き もやしのカレー炒め バナナ	飯 きつね丼 もやしと青菜のナムル	飯 きゃべつすまし汁 魚の味噌漬け焼き 大根サラダ	飯 ひじき丼 ビーフすまし汁
3時		牛乳 ★フルーツコーンフレーク	牛乳 ★米粉のレモンクッキー	牛乳 ★お麩のラスク	牛乳 ★ホットケーキ	牛乳 ★ゆかりおにぎり
		21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
10時		牛乳・ウエハース	牛乳 クラッカー	牛乳 ビスケット	牛乳 ハッピーターン	牛乳 ポーロ
昼食		飯 里芋とあげのみそ汁 豆腐の柔らか煮 キャベツのサラダ	飯 豆腐の味噌汁 魚のきのこソースかけ かぼちゃサラダ	飯 もやしと春雨の中華スープ ホイコーロー キャベツのごま和え	飯 チキンカレー ピクルス バナナ	【誕生会】しめじワインナー飯 とうがんと人参のスープ 肉団子甘酢あんかけ さつま芋のサラダ バナナ
3時		牛乳 ★煮豆	牛乳/クッキー りんご	牛乳 ★さつま芋のケーキ	牛乳 加糖ヨーグルト	牛乳 ケーキ
		28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	
10時		牛乳・ウエハース	牛乳 ビスケット	牛乳 ポーロ	牛乳 ハッピーターン	
昼食		飯 ハヤシライス 春雨サラダ オレンジ	飯 さつま芋のみそ汁 米粉のムニエル 小松菜の磯和え バナナ	飯 白菜すまし汁 ひき肉とれんこんの和風焼き じゃが芋のおかか煮	飯 もやしのみそ汁 魚クラッカー焼き 青菜ときのこのごま和え	
3時		牛乳/せんべい ★りんごゼリー	牛乳 ★五平餅	牛乳 ★南瓜クッキー	牛乳 バタースティック	
						<p>【1か月平均栄養素量】</p> <p>《未満児（主食込み）》 エネルギー：499cal タンパク質：18.1g 脂質：17.0g</p> <p>《以上児（主食込み）》 エネルギー：605kcal タンパク質：21.4g 脂質：18.7g</p>

- 10時のおやつは、未満児クラスのみ提供です。
- 除去食に関しては、除去される食品を献立に応じて代用の食材や、調理方法の変更などにより個々に合わせて提供していきます。特別に表示は致しません。
- 材料の都合などにより、一部献立の内容が変わる事があります。●手作りおやつには、★印が表記してあります。

*都合により献立を変更することがあります。

