

10月のこんだて

【献立表記について】

※全園児提供は黒色 ※未満児のみ提供は青色

※①朝のおやつ②給食③3時のおやつ

令和7年9月30日発行

幼保連携型認定こども園 えのみこども園

【除去食について】

*卵・牛乳・甲殻類等の除去が必要な時には代替食材を使用、または完全除去した給食を提供します。おやつも同じです。

【1か月平均栄養素量】

＜未満児＞
エネルギー 488kcal
たんぱく質 16.6g
脂質 17.1g
＜以上児＞
エネルギー 580kcal
たんぱく質 20.4g
脂質 20.3g

水

1

木

2

金

3

土

4

月	火	水	木	金	土
6	7	8	9	10	11
クラッカー ご飯 肉団子スープ 里芋のおかか煮 オレンジ うどんあべかわ	塩せんべい ご飯 豚ひき肉丼 バナナ もやしと小松菜のおかか和え レーズンのスコーン	①せんべい ②ご飯 魚のきのこソースかけ もやし炒め 春雨汁 ③ココアケーキ	ウエハース ご飯 豆腐と玉ねぎの味噌汁 スパニッシュオムレツ風 大根の和風サラダ パイナップルケーキ	サブレ ご飯 肉豆腐 マカロニサラダ バナナ 大豆の甘煮	ビスケット スパゲティミートソース バナナ ムース
13	14	15	16	17	18
●祝日／スポーツの日●	ビスケット ご飯 チキンカレーライス ピクルス オレンジ じゃこトースト	クラッカー ご飯 さばの味噌煮 キャベツの磯和え 麩のすまし汁 梨 カルシウム強化せんべい	せんべい ご飯 青菜のすまし汁 ひき肉とれんこんの和風焼き じゃがいもの含め煮 ヨーグルト蒸しパン	クッキー ご飯 豆腐とわかめのスープ ホイコーロー スパゲティサラダ 芋の天ぷら	ウエハース ご飯 生姜焼き丼 豆腐のすまし汁 クラッカー
20	21	22	23	24	25
サブレ ご飯 魚のタンドリー風 三色なます 玉ねぎの味噌汁 マカロニココア	塩せんべい ご飯 ごぼトン丼 もやしのおかか和え バナナ さくさくきなこクッキー	クラッカー ご飯 タイピーエン 厚揚げの煮物 オレンジ 鉄分強化ヨーグルト せんべい	ビスケット ご飯 白菜のスープ ポテトミートローフ わかめとじゃこの酢の物 もちもちチーズパン	クッキー 【お誕生会】 きのこご飯 ヒレカツ りんご かぼちゃサラダ 豆腐のすまし汁 お誕生日デザート	Caせんべい ご飯 豚肉丼 きのこのすまし汁 ビスケット せんべい
27	28	29	30	31	【その他】
ウエハース ご飯 スーミータン 麻婆豆腐 大根とひじきのサラダ さつまいもの甘煮	ビスケット ご飯 ハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジ 菓子パン	クッキー ご飯 魚のマヨネーズ焼き 柿なます キャベツの味噌汁 りんご かりんとう	サブレ ご飯 豚肉と豆腐のチャンプルー かぼちゃの磯煮 バナナ グレープゼリー 鉄分強化ウエハース	せんべい ご飯 かぼちゃの味噌汁 魚の揚げ卸し煮 白菜のおかか和え かぼちゃの蒸しパン	*こんだてや材料は、仕入れの都合により変更することがあります。ご了承ください。 *未満児クラスの朝のおやつには牛乳がつきます。 *3時のおやつはお茶の表記以外は全て牛乳になります。

