

10月の行事予定献立表

給食目標 スプーン・お箸を正しく持って食べましょう

行事	献立	主な食材	3時のおやつ	行事	献立	主な食材	3時のおやつ
2日 (月)	栗ご飯 ししゃも 南瓜と三度豆の煮物 れんこんサラダ きのこの赤だし フルーツ	米 栗 塩 黒ごま ししゃも 南瓜 三度豆 かつおだし 醤油 砂糖 みりん 蓮根 人参 きゅうり コーン 塩 こしょう 酢 マヨネーズ えのき なめこ 青ねぎ かつおだし 醤油 赤みそ 塩 フルーツ	ミルク 大学芋 さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま油	17日 (火)	ひじきの炊き込みご飯 ししゃも 南瓜と三度豆の煮物 れんこんサラダ きのこの赤だし フルーツ	米 大豆 ひじき 人参 塩 醤油 砂糖 かつおだし 酒 ししゃも 南瓜 三度豆 かつおだし 醤油 砂糖 みりん 蓮根 人参 きゅうり コーン 塩 こしょう 酢 マヨネーズ えのき なめこ 青ねぎ かつおだし 醤油 赤みそ 塩 フルーツ	ミルク スイートポテト さつま芋 砂糖 生クリーム マーガリン
3日 (火)	ご飯 豚肉とキャベツのみそ炒め ひじきの玉子焼き もやしと人参のナムル 中華スープ フルーツ	米 豚肉 キャベツ ピーマン パプリカ 生姜 砂糖 醤油 みそ 塩 酒 片栗粉 ひじき 卵 かつおだし 醤油 砂糖 みりん 塩 酒 もやし 人参 わかめ のり 醤油 ごま油 酢 砂糖 しいたけ 人参 春雨 玉ねぎ 鶏がらだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク カルピスゼリー カルピス 粉寒天 みかん缶	18日 (水)	ご飯 牛肉のしぐれ煮 じゃが芋の煮ころがし キャベツの酢の物 豆腐のみそ汁 フルーツ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 白滝 生姜 かつおだし 醤油 砂糖 みりん じゃが芋 砂糖 醤油 かつおだし キャベツ きゅうり わかめ 醤油 砂糖 酢 豆腐 しめじ 青ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク チーズスティック 粉チーズ 牛乳 白玉粉 油
4日 (水)	ご飯 牛肉のしぐれ煮 じゃが芋の煮ころがし キャベツの酢の物 豆腐のみそ汁 フルーツ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 白滝 生姜 かつおだし 醤油 砂糖 みりん じゃが芋 砂糖 醤油 かつおだし キャベツ きゅうり わかめ 醤油 砂糖 酢 豆腐 しめじ 青ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク スイートポテト さつま芋 砂糖 生クリーム マーガリン	19日 (木)	ご飯 豚肉とキャベツのみそ炒め ひじきの玉子焼き もやしと人参のナムル 中華スープ フルーツ	米 豚肉 キャベツ ピーマン パプリカ 生姜 砂糖 醤油 みそ 酒 塩 片栗粉 ひじき 卵 かつおだし 醤油 砂糖 みりん 塩 酒 もやし 人参 わかめ のり 醤油 ごま油 酢 砂糖 しいたけ 人参 玉ねぎ もやし 春雨 鶏がらだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク パンブキンプリン 南瓜 卵 牛乳 砂糖 生クリーム
5日 (木)	耳鼻科健診 ご飯 鶏肉のレモン醤油焼き さつま芋の甘煮 大豆サラダ かきたま汁 フルーツ	米 鶏肉 生姜 レモン果汁 青ねぎ 大根 醤油 砂糖 かつおだし みりん 塩 さつま芋 砂糖 大豆 人参 キャベツ きゅうり チーズ ドレッシング 玉ねぎ 卵 わかめ かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク きのことベーコンのピザ チーズ しいたけ しめじ 玉ねぎ ベーコン 塩 牛乳 ケチャップ マヨネーズ 強力粉 ドライイースト 砂糖 油	20日 (金)	ご飯 さんまの塩焼き 切り干し大根の煮物 ささみとわかめの酢の物 かきたま汁 フルーツ	米 さんま 塩 レモン 切り干し大根 人参 油揚げ 醤油 みりん 砂糖 かつおだし ささみ わかめ きゅうり キャベツ 醤油 砂糖 酢 ごま油 玉ねぎ 卵 青ねぎ かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク 水ようかん 小豆 砂糖 寒天
6日 (金)	ご飯 赤魚の煮付け 卵のふくさ焼き ささみとわかめの酢の物 根菜のみそ汁 フルーツ	米 赤魚 三度豆 生姜 醤油 酒 みりん 砂糖 卵 鶏ひき肉 玉ねぎ 醤油 酒 塩 かつおだし みりん ささみ わかめ きゅうり キャベツ 醤油 砂糖 酢 ごま油 ごぼう 人参 青ねぎ 玉ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク 水ようかん 小豆 砂糖 寒天	21日 (土)	鶏肉の照り焼き丼 南瓜のいとこ煮 キャベツのおかか和え しめじすまし汁 フルーツ	米 鶏肉 卵 三度豆 醤油 砂糖 みりん 酒 塩 南瓜 小豆 砂糖 醤油 かつおだし キャベツ 人参 かつお節 醤油 みりん しめじ 人参 みつば かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク せんべい ラムネ
7日 (土)	鶏肉の照り焼き丼 南瓜のいとこ煮 キャベツのおかか和え しめじすまし汁 フルーツ	米 鶏肉 卵 三度豆 醤油 砂糖 みりん 酒 塩 南瓜 小豆 砂糖 醤油 かつおだし キャベツ 人参 かつお節 醤油 みりん しめじ 人参 みつば かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク せんべい ラムネ	23日 (月)	ご飯 鮭の照り焼き 高野豆腐の卵とじ キャベツのごま和え さつま芋のみそ汁 フルーツ	米 鮭 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 高野豆腐 卵 人参 グリンピース 干しいたけ かつおだし 醤油 砂糖 みりん 酒 キャベツ 人参 ごま 醤油 砂糖 さつま芋 玉ねぎ 白ねぎ 醤油 みそ かつおだし フルーツ	ミルク かぼちゃ団子 南瓜 片栗粉 白玉粉 きな粉 砂糖 塩
9日 (月)	スポーツの日			24日 (火)	三木山遠足 (幼児 弁当日) ご飯 豚肉の生姜焼き 卵のふくさ焼き 小松菜のお浸し わかめと豆腐の赤だし フルーツ	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 醤油 砂糖 みりん 酒 卵 鶏ひき肉 玉ねぎ 醤油 酒 塩 かつおだし みりん 小松菜 人参 かつお節 醤油 みりん わかめ 豆腐 赤みそ かつおだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク チヂミ 小麦粉 卵 ちくわにら 醤油 砂糖 ごま油 みりん かつおだし
10日 (火)	ご飯 鮭の照り焼き しらすの玉子焼き キャベツのごま和え さつま芋のみそ汁 フルーツ	米 鮭 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 しらす 卵 青ねぎ 醤油 みりん 塩 かつおだし キャベツ 人参 ごま 醤油 砂糖 さつま芋 玉ねぎ 白ねぎ 醤油 みそ かつおだし フルーツ	ミルク わらび餅 わらび餅粉 砂糖 塩 きな粉	25日 (水)	ご飯 牛肉の柳川風 南瓜の甘煮 ひじきの甘酢和え えのきのすまし汁 フルーツ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ごぼう ごま油 醤油 砂糖 みりん 三つ葉 卵 かつおだし 塩 生姜 南瓜 グリンピース 醤油 砂糖 かつおだし ひじき 人参 コーン 酢 醤油 砂糖 ごま えのき 玉ねぎ 青ねぎ かつお昆布だし 塩 醤油 フルーツ	ミルク レーズンパン 強力粉 砂糖 塩 ドライイースト マーガリン スキムミルク レーズン
11日 (水)	ご飯 豚肉の生姜焼き 高野豆腐の卵とじ 小松菜のお浸し わかめと豆腐の赤だし フルーツ	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 醤油 砂糖 みりん 酒 高野豆腐 卵 人参 グリンピース 干しいたけ かつおだし 醤油 砂糖 みりん 酒 小松菜 人参 かつお節 醤油 みりん わかめ 豆腐 赤みそ かつおだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク 南瓜スープ 南瓜 牛乳 鶏がらだし 塩 玉ねぎ クラッカー パセリ	26日 (木)	歯科健診 ご飯 タンドリーチキン 小松菜とベーコンの炒め物 さつま芋のマヨサラダ 豆腐スープ フルーツ	米 鶏肉 カレー粉 ケチャップ ヨーグルト 塩 小松菜 ベーコン 白ねぎ 醤油 塩 さつま芋 コーン りんご きゅうり 人参 マヨネーズ 塩 豆腐 人参 青ねぎ 鶏がらだし 塩 醤油 フルーツ	ミルク 南瓜スープ 南瓜 玉ねぎ 牛乳 鶏がらだし 塩 パセリ クラッカー
12日 (木)	ご飯 タンドリーチキン 南瓜のグラッセ きのこサラダ 豆腐スープ フルーツ	米 鶏肉 カレー粉 ケチャップ ヨーグルト 塩 南瓜 マーガリン 砂糖 えのき しめじ きゅうり ごま油 油 酢 醤油 砂糖 塩 豆腐 人参 青ねぎ 鶏がらだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク みたらし団子 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉	27日 (金)	ご飯 赤魚の煮つけ 塩昆布の玉子焼き 大豆サラダ ふのみそ汁 フルーツ	米 赤魚 生姜 三度豆 醤油 酒 みりん 砂糖 卵 塩昆布 かつおだし キャベツ 大豆 人参 きゅうり チーズ ドレッシング ふ 玉ねぎ 青ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク アップルケーキ ホットケーキ粉 りんご マーガリン 卵 砂糖
13日 (金)	ご飯 白身魚のフライ さつま芋のレモン煮 キャベツのツナサラダ 豆乳スープ フルーツ	米 カレイ 塩 こしょう パン粉 卵 小麦粉 ケチャップ ソース 油 さつま芋 レモン果汁 砂糖 キャベツ 人参 ツナ 塩 こしょう マヨネーズ 豆乳 人参 じゃが芋 上新粉 ベーコン 玉ねぎ コーン 塩 鶏がらだし フルーツ	ミルク 塩おにぎり 米 塩	28日 (土)	わいわい会 ミートスパゲティ 粉ふき芋 きのこサラダ ほうれん草のコンソメスープ フルーツ	スパゲティ 合いびき肉 玉ねぎ 人参 小麦粉 ケチャップ ソース コンソメ 砂糖 じゃが芋 塩 えのき しめじ きゅうり ごま油 油 酢 醤油 砂糖 塩 ほうれん草 玉ねぎ 人参 塩 コンソメ 醤油 フルーツ	ミルク ひじきおにぎり ひじき しらす みりん 醤油 米 砂糖
14日 (土)	おっこう山 フェスティバル			30日 (月)	誕生会 ケチャップライス 白身魚のフライ マカロニサラダ 南瓜のグラッセ ポテトスープ フルーツ	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 ケチャップ 塩 砂糖 鶏がらだし カレイ 塩 こしょう パン粉 卵 小麦粉 ケチャップ ソース 油 マカロニ ツナ 人参 きゅうり コーン ドレッシング 南瓜 マーガリン 砂糖 じゃが芋 玉ねぎ グリンピース 牛乳 シチューミックス フルーツ	ミルク さつま芋とりんごのケーキ さつま芋 マーガリン 砂糖 小麦粉 卵 りんご ベーキングパウダー 生クリーム
16日 (月)	予備日 1号認定休み カレーピラフ 粉ふき芋 ひじきの甘酢和え 野菜のコンソメスープ フルーツ	米 コーン 玉ねぎ グリンピース カレールウ ツナ じゃが芋 塩 ひじき 人参 コーン 酢 醤油 砂糖 ごま 玉ねぎ 人参 三度豆 コンソメ 塩 フルーツ	ミルク カルピスゼリー カルピス 粉寒天 みかん缶	31日 (火)	ハロウィン ビーフカレー ゆで卵 フルーツサラダ もやしスープ	米 牛肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 マッシュルーム カレールウ 卵 バナナ みかん缶 パイン缶 レーズン ヨーグルト りんご もやし 玉ねぎ しいたけ 塩 醤油 鶏がらだし フルーツ	ミルク パンブキンパイ 南瓜 パイシート 砂糖 生クリーム 卵 レモン果汁

【11月の予定】
※行事は、延期又は新型コロナウイルス感染症の状況をみすえて実施や変更を行います。
詳細は、その都度お知らせいたします。

※ 離乳食献立表は、個別に配布しています。
※ 延長保育のおやつは、お菓子になります。
※ 献立・食材は、天候等により変更になることがありますので、ご了承下さい。