令　和　5　年　10　月　分　献　立　予　定　表

堅　田　保　育　園
堅　田　第　二　保　育　園

日	曜日	献立名（朝のおやつ／昼食／昼のおやつ）	血や肉をつくるもの	力や体温となるもの	体の調子をよくするもの
2	月	クラッカー・牛乳 三色ご飯 キャベツと油揚げとワカメの味噌汁 みかん お菓子・ミルクココア	牛乳 鶏ミンチ　卵 ワカメ　味噌 油揚げ ミルクココア	クラッカー 米　砂糖 油　ごま	ほうれん草　ねぎ キャベツ　みかん
3	火	鉄カルウエハース・お茶 かやくうどん チーズ バナナ ジャムサンド・牛乳	鶏肉　油揚げ パンダ蒲鉾　焼き竹輪 卵　チーズ 牛乳	鉄カルウエハース うどん　砂糖 油 ジャムサンド	ねぎ　干し椎茸 人参　バナナ
4	水	クラッカー・牛乳 ひじきご飯 けんちん汁 パイン缶 お菓子・牛乳	牛乳 鶏肉　ひじき 油揚げ　豚肉 豆腐　焼き竹輪 牛乳	クラッカー 米　砂糖 油	人参　いんげん たくあん　土生姜 大根　ねぎ　パイン缶
5	木	チーズ・お茶 ホットドック クリームシチュー ゼリー お菓子・牛乳	チーズ ウインナー　鶏肉 シチューミックスクリーム 牛乳 牛乳	ロールパン　バター スパゲティー　マヨネーズ じゃが芋　油	キャベツ　ケチャップ 人参　玉ねぎ いんげん　ゼリー
6	金	せんべい・牛乳 ご飯　松風焼き 春雨サラダ　バナナ しめじと玉ねぎとワカメの味噌汁 お菓子・牛乳	牛乳 鶏ミンチ　味噌 卵　ワカメ 牛乳	せんべい 米　砂糖 パン粉　ごま 春雨　ごま油	人参　ねぎ きゅうり　コーン缶 玉ねぎ　しめじ　バナナ
10	火	クラッカー・牛乳 コーンピラフ 野菜スープ バナナ お菓子・牛乳	牛乳 ベーコン 牛乳	クラッカー 米　バター 油　じゃが芋	玉ねぎ　人参 ピーマン　コーン缶 たくあん　キャベツ　バナナ
11	水	クラッカー・牛乳 親子丼 五目味噌汁 梨 お菓子・ミルクココア	牛乳 鶏肉　卵 油揚げ　ワカメ 味噌 ミルクココア	クラッカー 米　油 砂糖　さつま芋	人参　玉ねぎ ねぎ　たくあん　大根 白菜　梨
12	木	チーズ・お茶 メンチカツパン フライドポテト ゆでブロッコリー　ヨーグルト お菓子・牛乳	チーズ メンチカツ　ヨーグルト 牛乳	ロールパン　油 マヨネーズ　フライドポテト	キャベツ　ブロッコリー
13	金	せんべい・牛乳 ご飯　ささみのレモン煮 マカロニツナサラダ　みかん 油揚げと玉ねぎとワカメの味噌汁 鉄カルウエハース・牛乳	牛乳 鶏ささみ　シーチキン缶 ワカメ　味噌 油揚げ 牛乳	せんべい 米　片栗粉 油　砂糖 マカロニ　マヨネーズ 鉄カルウエハース	きゅうり　人参 ねぎ　玉ねぎ みかん
16	月	クラッカー・牛乳 中華丼 ワカメスープ みかん お菓子・牛乳	牛乳 豚肉　ワカメ 牛乳	クラッカー 米　油 片栗粉	玉ねぎ　人参　コーン缶 ねぎ　干し椎茸　土生姜 竹の子　白菜　みかん
17	火	鉄カルウエハース・お茶 ミートスパゲティー えのきともやしの野菜スープ チーズ　バナナ コーンチーズトースト・牛乳	豚ミンチ　ベーコン チーズ 牛乳	鉄カルウエハース スパゲティー　油 砂糖　バター コーンチーズトースト	玉ねぎ　人参 ケチャップ　えのき もやし　バナナ

日	曜日	献立名（朝のおやつ／昼食／昼のおやつ）	血や肉をつくるもの	力や体温となるもの	体の調子をよくするもの
18	水	チーズ・お茶 炊き込みご飯 秋野菜の豚汁 柿 お菓子・ミルクココア	チーズ 油揚げ　シーチキン缶 豚肉　豆腐 味噌 ミルクココア	米　こんにゃく 油	ごぼう　竹の子　人参 たくあん　舞茸　ねぎ チンゲン菜　柿
19	木	チーズ・お茶 ふりかけご飯　あじの竜田揚げ パスタサラダ　ゆでブロッコリー 五目味噌汁　ゼリー お菓子・牛乳	チーズ あじ　シーチキン缶 油揚げ　味噌 牛乳	米　片栗粉 油　スパゲティー マヨネーズ	土生姜　人参 きゅうり　コーン缶　ねぎ 大根　ブロッコリー　ゼリー
20	金	せんべい・牛乳 ゆかりご飯 肉団子汁 かぼちゃの甘煮　みかん お菓子・ジョアマスカット	牛乳 鶏ミンチ　豚ミンチ 卵 ジョアマスカット	せんべい 米　パン粉 砂糖	玉ねぎ　人参 ねぎ　白菜 かぼちゃ　みかん
23	月	クラッカー・お茶 チキンカレーライス 牛乳 リンゴ お菓子・お茶	鶏肉　牛乳	クラッカー 米　じゃが芋 油　バター カレー粉　小麦粉	人参　玉ねぎ 福神漬け　リンゴ
24	火	鉄カルウエハース・お茶 中華そばあんかけ チーズ バナナ おにぎり（昆布）・牛乳	卵　豚肉 チーズ 牛乳	鉄カルウエハース 中華めん　片栗粉 おにぎり（昆布）	玉ねぎ　人参 ねぎ　もやし 白菜　バナナ
25	水	鉄カルウエハース・お茶 ご飯　さわらのみそ照り焼き 厚揚げと豚肉の煮物　柿 えのきとワカメの味噌汁 お菓子・ジョアプレーン	さわら　味噌 厚揚げ　豚肉 ワカメ　味噌 ジョアプレーン	鉄カルウエハース 米　砂糖 油	土生姜　玉ねぎ ねぎ　えのき 柿
26	木	チーズ・お茶 サンドイッチ（サラダ・クリーム） オニオンベーコンスープ ゼリー お菓子・牛乳	チーズ ハム　卵 ベーコン 牛乳	食パン　マヨネーズ カスタードクリーム　バター	きゅうり　玉ねぎ 人参　コーン缶 ゼリー
27	金	せんべい・牛乳 わかめご飯　ミートローフ ポテトサラダ　豆腐のすまし汁 パイン缶 お菓子・牛乳	牛乳 炊き込みワカメ　ひじき 豆腐　豚ミンチ ハム　ワカメ 牛乳	せんべい 米　片栗粉 じゃが芋　マヨネーズ	玉ねぎ　ケチャップ きゅうり　コーン缶 人参　ねぎ　パイン缶
30	月	クラッカー・牛乳 炒り卵のドライカレー 豆腐とえのきとワカメのスープ パイン缶 お菓子・ミルクココア	牛乳 豚ミンチ　卵 豆腐　ワカメ ミルクココア	クラッカー 米　バター カレー粉　砂糖	玉ねぎ　人参　ピーマン ケチャップ　ねぎ　たくあん えのき　パイン缶
31	火	鉄カルウエハース・お茶 きのこのクリームスパゲティー チーズ バナナ カステラ・牛乳	ベーコン　スキムミルク チーズ 牛乳	鉄カルウエハース スパゲティー　じゃが芋 油　バター 小麦粉 カステラ	玉ねぎ　人参 しめじ　えのき コーン缶　バナナ

＊乳児に関しては、とりわけ離乳食を提供しています。とりわけ離乳食とは、幼児食から調理前にとりわけ、味は薄めで、小さくやわらかめに水分やとろみづけをし、食べやすくした食事です。
＊アトピー・食物アレルギー等の園児には、除去食を提供しています。
＊都合により、献立が変わる場合があります。
＊朝のおやつは、3歳未満児のみです。