●4. ★ ★ 10 月 2024年

献









В	曜	ちゅうしょくこんだてめい 昼食献立名	こぜん ケード オギ カン からない かんり				ここ 午後おやつ
F			キ側のソフ が茶	血や肉や骨になるもの 牛乳 あかうお	熱と力になるもの 米 食パン ごま油	体の調子を整えるもの にんじん なす	十仮のマン ぎゅうにゅう 牛乳
1	火	こ酸 にざかな 煮魚 いた なすのみそ炒め じる オクラのすまし汁	お茶 せんべい	豆腐 ツナ みそ	マヨネーズ はるさめ 三温糖	しいたけ オクラ きゅうり	ツナサンド
2	水	ロールパン りんご たや 勝とポテトのパン粉焼き はならい ロデザラダ かぼちゃスープ	ヨーグルト	牛乳 あじ 生クリーム しらす 卵	ロールパン 米 じゃがいも パン粉 油 ごま油 バター	りんご かぼちゃ はくさい たまねぎ にんじん きゅうり ねぎ コーン	ぎゅうにゅう 牛乳 しらすチャーハン
3	木	こ飯 やきにく 焼肉 ほうれんそうサラダ さといも みそしる 里羊の味噌汁	ちゃ お茶 せんべい	牛乳 豚肉 豆腐 卵 みそ	米 ホットケーキミックス さといも くり 三温糖 ごま ごま油	ほうれんそう にんじん ねぎ たまねぎ コーン きゅうり ピーマン エリンギ	ぎゅうにゅう 牛乳 マロンケーキ
4	金	きのこカレー コロコロサラダ まな お茶 フルーツヨーグルト	しろ 白ぶどうジュース	ヨーグルト 鶏ひき肉 大豆ミート	米 中華めん じゃがいも 油	にんじん トマト たまねぎ もも みかん バナナパイナップル コーン こまつな しめじ エリンギ マッシュルーム ねぎにんにく	しょうゆ 醤油ラーメン
5	土	ご飯 ぶたにく なす いた 豚肉と 茄子のみ そゆめ のり あ キャベツの海苔和え とうふ みそしる 豆腐の味噌汁	お条 <sup>や</sup> せんべい	豆腐 豚肉 ツナみそ	米 ごま油 ごま 三温糖	キャベツ なす にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ パプリカ ピーマン わかめ のり	やさい 野菜ジュース せんべい
7	月	こ版 キッシュ風オムレツ コールスローサラダ かぶとベーコンのスープ	ちゃ お茶 せんべい	ヨーグルト 卵 ツナ ベーコン チーズ 生クリーム	米 じゃがいも 油	キャベツ たまねぎ かぶ にんじん ほうれんそう しめじ きゅうり コーン マッシュルーム	ヨーグルト せんべい
8	火	小松菜のおひたし じる なめこ汁	ちゃ お茶 せんべい	牛乳 かれい 豆腐 ちくわ みそ かつお節	米 小麦粉 三温糖 片栗粉 ごま バター	だいこん もやし こまつな なめこ ねぎ にんじん	ぎゅうにゅう 牛乳 セサミショートブレット
9	水	まつかぜやき 松風焼 かぼちゃの甘煮 きのこうどん ない	しる 白ぶどうジュース	牛乳 鶏ひき肉 卵みそ	うどん ホットケーキミックス 三温糖 はちみつ パン粉 ごま バター	なし かぼちゃ たまねぎ にんじん ねぎ まいたけ しいたけ こまつな しめじ	ぎゅうにゅう 牛乳 マドレーヌ
10	木	こ版 こ版 えびと豆腐のあんかけ ひじきサラダ ワンタンスープ	りんごシュース	牛乳 豆腐 えび	米 さつまいも ワンタンの皮 ごま じゃがいも 油 片栗粉 三温糖	にんじん もやし しいたけ きゅうり たまねぎ ねぎ しめじ ひじき	ぎゅうにゅう 牛乳 さつまいもご飯
11	金	こ版 グレーブフルーツ おからナゲット キャベツサラダ ミネストローネ	ヨーグルト	牛乳 鶏ひき肉 おから チーズ ベーコン 卵	じゃがいも 米 片栗粉 油 小麦粉 マヨネーズ	グレープフルーツ ホールトマト キャベツ たまねぎ にんじん だいこん きゅうり エリンギ あおのり	ぎゅうにゅう 牛乳 あお 青のりポンデケージョ
12	土	しばり ヨーグルト お茶	りんごジュース	ヨーグルト	食パン		
15	火	ご飯 マーボー豆腐 マカロニサラダ チンゲンサイのスープ	ちゃ お茶 せんべい		米 マカロニ 油 片栗粉 三温糖 ごま油	にんじん ねぎ チンゲンサイ にら たまねぎ コーン きゅうり しいたけ グリンピース	ヨーグルト クッキー
16	水	しば 食パン とりにく 鶏肉のチーズ焼き ツナサラダ きらきらスープ	ヨーグルト	牛乳     鶏肉     豆腐       ツナ     チーズ       油揚げ	食パン 米 じゃがいも ビーフン 三温糖 ごま油	キャベツ にんじん まいたけ しめじ きゅうり ねぎ コーン オクラ	ぎゅうにゅう 牛乳 まいたけ はん 舞茸ご飯
17	木	ご飯 かき タラフライ なっとうあ 納豆和え たまねぎの味噌汁	アップルキャロットジュース	納豆 卵 チーズ みそ	米 食パン パン粉油 小麦粉	かき ほうれんそう たまねぎ にんじん ピーマン コーン わかめ のり	ぎゅうにゅう 牛乳 ビザトースト
18	金	こ版 みかん こ版 みかん さば みそに 動の味噌煮 そう ごまあ ほうれん草の胡麻和え のっぺい汁	バナナ	牛乳 さば 豆腐 みそ	米 さつまいも じゃがいも こんにゃく ごま 三温糖 片栗粉 バター	みかん ほうれんそう もやし にんじん ごぼう レーズン しょうが	ぎゅうにゅう 牛乳 に さつまいものパター煮
19	土	こ版 なまあ 1-teの 生場がの点切 こまっな のり 小松菜の海苔ツナ和え きのこ汁	お茶 せんべい	生揚げ 豆腐 鶏肉 ツナ みそ	米 じゃがいも ごま油	こまつな にんじん もやし なめこ しいたけ えのきたけ ねぎ たけのこ のり	やれい 野菜ジュース せんべい

	В	曜	きゅうしょく	こんだてめい 献 立 名	こぜん	材料			ごご 午後おやつ
		υŒ	昼 食	献立名	午前おやつ	血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの	
	21	月	ご覧 オムレツきのこあんかけ さつまいもサラダ ビーフン汁	グレープフルーツ	ちゃ お茶 せんべい	牛乳 卵 チーズツナ	米 さつまいも ビーフン 油 片栗粉 バター	グレーブフルーツ たまねぎ チンゲンサイ きゅうり ねぎ にんじん しめじ えのきたけ	ぎゅうにゅう 牛乳 クッキー
	22	火	ご飯 さけ や まか まか まか まか まか まか まか から かんちゃん まか ガロッコリーごまマヨ たま にら エスープ		ちゃ お茶 せんべい	牛乳 さけ 豆腐 卵 みそ	米 さつまいも 三温糖 マヨネーズ 片栗粉 ごま バター	ブロッコリー にんじん にら たまねぎ コーン しめじ キャベツ	ぎゅうにゅう 牛乳 スイートボテト
	23	水	ごもく や 五目あんかけ焼きそば バンハンシー あぶらす みそしる 油揚げの味噌汁		ヨーグルト	牛乳 えび 豆腐 ささ身 油揚げ チーズ みそ かつお節	中華めん 米 ごま油 片栗粉 ごま 三温糖	バナナ にんじん だいこん レタス ヤングコーン ねぎ チンゲンサイ きゅうり たけのこ しいたけ	ぎゅうにゅう 牛乳 おかかチーズご飯
	24	木	ご飯 や ぶりのバーベキュー焼き だいこん 大根サラダ いもにじる 芋煮汁	net (in the content of the content o	5* お茶 せんべい	牛乳       ぶり       豆腐         豚肉       小豆       きな粉         みそ       かつお節	米 食パン さといも こんにゃく 三温糖 マヨネーズ ごま油	かき だいこん にんじん りんご きゅうり パプリカ ピーマン しめじ ごぼう レモン のり	ぎゅうにゅう 牛乳 こ きな粉あんサンド
	25	金	キーマカレー ポパイサラダ 素質 <sup>乳にゅう</sup> りんご		アップルキャロット	牛乳 豚ひき肉 ハム	米 じゃがいも 小麦粉 三温糖 油 バター	りんご ほうれんそう にんじん たまねぎ ホールトマト コーン ピーマン	ぎゅうにゅう 牛乳 さつまいもクッキー
	26	±	で で で で で で で で で で で で で で		ちゃ お茶 せんべい	えび 豆腐 みそ	米 片栗粉 ごま 三温糖 ごま油	もやし にんじん たまねぎ だいこん チンゲンサイ しめじ	やさい 野菜ジュース せんべい
ット	28	月	ご飯 や ふうに すき焼き風煮 さといも 里芋そぼろあんかけ ゆきな みそしる 雪菜の味噌汁	なし 製	バナナ	牛乳 豆腐 豚肉 大豆ミート みそ	米 さといも しらたき 三温糖 油	なし にんじん みぶな ねぎ しいたけ	ぎゅうにゅう 牛乳 クッキー
	29	火	ご覧 かんろに さんまの甘露煮 きんぴられんこん かぶとさつまいものすましげ	i	ちゃ お茶 せんべい	牛乳 さんま 豆腐	米 さつまいも 麩 三温糖 油 ごま	にんじん れんこんかぶ しいたけねぎ まいたけしょうが あおのり	ぎゅうにゅう 牛乳 お麩スナック
	30	水	ご飯 まま や 勝のカレー照り焼き カラフルバターソテー みそしる いんげんの味噌汁	バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	牛乳 さば 豆腐 ツナ みそ	米 さといも 片栗粉 バター	バナナ にんじん パプリカ いんげん たまねぎ コーン ビーマン ねぎ しょうが あおのり	ぎゅうにゅう 牛乳 さといものおやき
3	31	木	オムライス とりにく てりゃ 鶏肉の照焼き カラフルサラダ コンソメスープ	BATINA CONTRACTOR	やさい 野菜ジュース	牛乳 鶏肉 生クリーム 卵 ウインナー チーズ ゼラチン		みかん にんじん キャベツ たまねぎ かぼちゃ きゅうり コーン	ぎゅうにゅう 牛乳 かぼちゃプリン
		未満児給与栄養量		エネルギー	476	kcal	たんぱく質	19.7	መ
				脂質	14.9	ğ	食塩相当量	1.5	ğ
		以上児		エネルギー	588	kcal	たんぱく質	24.4	æ
	給与栄養量		与栄養量	脂質	18.5	Ø	食塩相当量	1.8	g
$\Box$					7706	1.5			































