



# 10月献立表

令和2年10月1日 社会福祉法人三心会 織笠保育園

日	曜日	おやつ (未満児)	アレルギー児おやつ (未満児)	献立名	アレルギー対応食材	おやつ (未満児・以上児)	アレルギー児おやつ (未満児・以上児)
1	木	牛乳 プリッツ	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	餃子・中華サラダ・枝豆さつま芋煮・ わかめスープ・バナナ	乳小麦豚野菜炒め・ごま油除去・ 専用調味料・鶏ガラスープ・りんご	牛乳とんがりコーン さつぼろポテト	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
2	金	牛乳 ビスケット	乳小麦大豆ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)	鮭のマヨネーズ焼き・切干大根煮・かぼち ゃ挽肉あん・豆腐味噌汁・りんご	乳小麦豚照り焼き・専用調味料・ 鶏がらスープ	牛乳 ホームパイ	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい
3	土	ヨーグルト	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい	きつねうどん・牛乳・バナナ	乳小麦おいなりさん・ほうじ茶・バナナ	麦茶・せんべい	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい
5	月	牛乳 ハーベスト	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	野菜メンチカツ・コーンサラダ・トマト・豆腐 味噌汁・りんご	乳小麦ハンバーグ・鶏がらスープ	牛乳 ★黒ごまケーキ	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
6	火	牛乳 おととつと	乳小麦大豆ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)	チキンカレー・スープ・バナナ	乳小麦りんご	ヨーグルト ハッピーターン	乳小麦市販りんごゼリー 米粉せんべい
7	水	牛乳 たべっこ動物	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	鶏大根煮・ごぼうサラダ・マカロニソテー・キャ ベツ味噌汁・グレープフルーツりんご	乳小麦ごま・マカロニ除去・専用調 味料・鶏がらスープ	牛乳 せんべい	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
8	木	牛乳 せんべい	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	タラのバター醤油焼き・ポテトサラダ・青菜の 板かま和え・高野豆腐味噌汁・りんご	乳小麦豚照り焼き・かまぼこ除去・専 用調味料・鶏がらスープ	牛乳 プリッツ	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい
9	金	牛乳 ビスコ	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	豚肉のパーベキューソース焼き・シルバーサ ラダ・じゃが芋甘辛煮・豆腐味噌汁・バナナ	乳小麦ごま除去・専用調味料・鶏 ガラスープ・りんご	牛乳 ★手作りパン	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
10	土	ヨーグルト	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい	スパゲッティナポリタン・牛乳・バナナ	乳小麦鶏あんかけ丼・ほうじ茶・りんご	麦茶・せんべい	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい
12	月	牛乳 クラッカー	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	鶏天・大根サラダ・ひじき煮・厚揚げ味噌 汁・りんご	乳小麦大豆照り焼き・ごま除去・専用調 味料・鶏がらスープ	牛乳 ★苺のパウンドケーキ	乳小麦ほうじ茶 苺のパンケーキ(米粉)
13	火	牛乳 ビスケット	乳小麦大豆ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)	サバタラ塩焼き・千切り野菜の炒め煮・ちくわ 磯部揚げ・豆腐味噌汁・オレンジバナナ	乳小麦豚野菜焼き・ちくわ除去・専 用調味料・鶏がらスープ・りんご	牛乳 星たべよ	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい
14	水	牛乳 プリッツ	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	豚とキャベツの味噌炒め・スパゲッティサラダ・粉吹 き芋・大根味噌汁・グレープフルーツりんご	乳小麦スパゲッティ除去・専用調 味料・鶏がらスープ	麦茶 ★おいなりさん	乳小麦ほうじ茶 塩おにぎり
15	木	牛乳 ハーベスト	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	鮭のごまフライ・マカロニサラダ・トマト・じ ゃが芋味噌汁・バナナ	乳小麦豚照り焼き・マカロニ除去・ 鶏がらスープ・りんご	牛乳 ビスケット	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
16	金	牛乳 おととつと	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	タンドリーチキン・フレンチサラダ・浸し和 え・キャベツ味噌汁・りんご	乳小麦専用調味料・鶏がらスープ	ヨーグルト ぱりんこ	乳小麦市販りんごゼリー 米粉せんべい
17	土	ヨーグルト	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい	麻婆丼・スープ・バナナ	乳小麦豚そぼろ丼・りんご	麦茶・せんべい	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい
19	月	牛乳 たべっこ動物	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	春巻き・大根とツナのサラダ・トマト・野 菜スープ・グレープフルーツりんご	乳小麦春雨炒め・ツナ・ごま・ご ま油除去・専用調味料	牛乳 ハーベスト	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
20	火	牛乳 せんべい	乳小麦大豆ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)	サバタラ味噌煮・もやし炒め・きゅ うりの中華和え・そうめん汁・バナナ	乳小麦豚野菜焼き・専用調味料・ 鶏がらスープ・りんご	牛乳と歌舞伎揚げ ぱりんこ	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい
21	水	牛乳 ビスコ	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	誕生会炊き込みご飯・鶏のごま風味から揚 げ・茹でブロッコリー・じゃが芋のチーズ焼き・ わかめスープ・オレンジバナナ	乳小麦白飯・鶏照り焼き・粉吹き 芋・専用調味料・りんご	★りんごゼリー	乳小麦りんごゼリー
22	木	牛乳 クラッカー	乳小麦大豆ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)	さんま蒲焼・タラ照り焼き・春雨ソテ ー・ナムル・大根味噌汁・りんご	乳小麦豚塩焼き・ごま油除去・専 用調味料・鶏がらスープ	牛乳 プリッツ	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい
23	金	牛乳 ビスケット	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	ハッシュドポーク・カレー・バリバリサラダ・豆腐 ナゲット・野菜スープ・グレープフルーツりんご	乳小麦専用カレールウ・フレンチ サラダ・鶏つくね・専用調味料	牛乳 ★黒糖蒸しパン	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
24	土	ヨーグルト	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい	中華丼・スープ・バナナ	乳小麦野菜あんかけ丼・りんご	麦茶・せんべい	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい
26	月	牛乳 プリッツ	乳小麦大豆ほうじ茶 米粉せんべい	かぼちゃコロッケ・ブロッコリーサラダ・ト マト・野菜スープ・バナナ	乳小麦鶏そぼろ・専用調味料・り んご	牛乳 ★ごまトースト	乳小麦ほうじ茶 りんごパンケーキ(米粉)
27	火	牛乳 ハーベスト	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい	サバタラ香味焼き・りんごフレンチ・ミニドッグ・ キャベツ味噌汁・グレープフルーツりんご	乳小麦豚照り焼き・ポイルウインナー 鶏がらスープ・りんご	ヨーグルト ウエハース	乳小麦市販りんごゼリー 米粉せんべい
28	水	牛乳 おととつと	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)	肉じゃが・ビーフソテー・ほうれん草ツナ和 え・大根味噌汁・オレンジバナナ	乳小麦ツナ除去・専用調味料・鶏 がらスープ	牛乳 ★ストーンクッキー	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい
29	木	牛乳 たべっこ動物	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい	鮭照り焼き・五目きんぴら・彩納豆・高野 豆腐味噌汁・グレープフルーツりんご	乳小麦豚塩焼き・ごま・ごま油除 去・専用調味料・鶏がらスープ	牛乳とんがりコーン さつぼろポテト	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)
30	金	牛乳 せんべい	乳小麦ほうじ茶 ミニゼリー(りんご)	チーズハンバーグ・和風スパゲッティ・茹でブロッ コリー・小松菜味噌汁・オレンジバナナ	乳小麦ハンバーグ・スパゲッティ除 去・専用調味料・鶏がらスープ	牛乳 星たべよ	乳小麦ほうじ茶 米粉せんべい
31	土	ヨーグルト	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい	カレライスー・スープ・バナナ	乳小麦専用カレールウ・りんご	麦茶・せんべい	乳小麦ほうじ茶・米粉せんべい

10月平均摂取エネルギー(以上児:570kcal・未満児:500kcal) ※ご家庭での食事において変化等がありましたらお知らせください。

※献立表の◎の表示は以上児(3・4・5歳児)・未満児(0・1・2歳児)に提供する果物となっています。

※ハム・ベーコン・ウインナー・ちくわ・かまぼこ・マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。(卵以外のアレルギーは個別に対応しています。)

※お箸、おしぼりセットは毎日きれいにして持たせてください。※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。