



10月献立表



令和3年9月30日 社会福祉法人三心会 山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ (未満児) アレルギー児 対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	金	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	鮭照り焼き・さつま芋甘煮・和風サラダ・キャベツ味噌汁・バナナ		ヨーグルト・ハッピーターン	ヨーグルト→フルーツゼリー
2	土	麦茶・塩煎餅		タコライス・野菜スープ・バナナ		麦茶・揚げせんべい	
3	日						
4	月	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	チキン南蛮・炒合菜・おかかふりかけ・大根味噌汁・バナナ		★うどん	
5	火	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	鯖フライ(鱈フライ)・ほうれん草白和え・ジャーマンポテト・高野豆腐味噌汁・梨(りんご)		★りんごゼリー・クラッカー	
6	水	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	チキンカツ・ウインナートマト煮・茹でブロッコリー・野菜スープ・オレンジ		牛乳・星食べよ	牛乳→麦茶
7	木	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	鱈ごま味噌焼き・ひじき五目煮・きゅうりササミ和え・大根味噌汁・りんご		牛乳★若布おにぎり	牛乳→麦茶
8	金	フルーツゼリー		鶏挽肉カレー・野菜スープ・バナナ (運動会総練習)		牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶
9	土	麦茶・ベジたべる		スパゲティナポリタン・野菜スープ・バナナ		麦茶・塩煎餅	
10	日			運 動 会			
11	月	牛乳・揚げ一番	牛乳→麦茶	豚竜田揚げ・中華春雨サラダ・竹輪チーズ焼き・若布味噌汁・オレンジ	チーズ焼き→ チーズ除去	★醤油ラーメン	
12	火	牛乳・星食べよ	牛乳→麦茶	鱈味噌カツ・かぶそぼろ煮・レンコンサラダ・じゃが芋味噌汁・りんご		ジョアマスカット・歌舞伎揚げ	ジョアマスカット→マスカットジュース
13	水	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	秋刀魚蒲焼(鱈照り焼き)・野菜炒め・彩り納豆・なめこ汁・オレンジ		牛乳★フライドポテト	牛乳→麦茶
14	木	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	鶏塩だれ焼き・さつま芋レモン煮・ラーメンサラダ・大根味噌汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳・星食べよ	牛乳→麦茶
15	金	牛乳・揚げ一番	牛乳→麦茶	ドライカレー・野菜スープ・バナナ		牛乳★ドーナツ	牛乳→麦茶
16	土	麦茶・クラッカー		中華丼・中華スープ・バナナ		麦茶・源氏パイ	
17	日						
18	月	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	豚生姜焼き・マカロニソテー・もやしナムル・なめこ汁・バナナ		牛乳★コッペパン(イチゴジャム)	牛乳→麦茶
19	火	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	鮭西京焼き・豆腐ナゲット・トマト・大根味噌汁・オレンジ		牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶
20	水	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶	コロケ・すき昆布煮・パリパリサラダ・キャベツ味噌汁・バナナ		牛乳★クラッカーサンド	牛乳→麦茶
21	木	牛乳・ベジたべる	牛乳→麦茶	鱈香味焼き・そうめんサラダ・竹輪唐揚げ・若布味噌汁・りんご		牛乳・揚げせんべい	牛乳→麦茶
22	金	リンゴジュース・塩煎餅		チキンライス・鶏カレー風味唐揚げ・ミニフランク・トマトフレンチサラダ・野菜スープ・オレンジ 誕生会		★ぶどうゼリー・クラッカー	
23	土	フルーツゼリー		和風スパゲティ・野菜スープ・バナナ		麦茶・揚げせんべい	
24	日						
25	月	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	鮭カリカリ揚げ・大根サラダ・かぼちゃごま煮・若布味噌汁・オレンジ		牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶
26	火	牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶	お化けバーグ・かぼちゃサラダ・トマト・野菜スープ・バナナ (ハロウィン)	お化けバーグ→ チーズ除去	牛乳★かぼちゃクッキー	牛乳→麦茶
27	水	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	鶏みぞれ煮・ナスとピーマンの中華炒め・スティックきゅうり・じゃが芋味噌汁・オレンジ		牛乳★ツナマヨピザ	牛乳→麦茶 ピザ→チーズ除去
28	木	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	鱈竜田揚げ(鱈竜田揚げ)・マカロニ大豆サラダ・キャベツ煮浸し・なめこ汁・バナナ		牛乳★りんごケーキ	牛乳→麦茶
29	金	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	えのもやバーグ・カレースパゲティ・人参しりしり・ポトフ・りんご		ヨーグルト・ハッピーターン	ヨーグルト→ フルーツゼリー
30	土	麦茶・揚げ一番		麻婆丼・中華スープ・バナナ (3歳児保育参観)		麦茶・星食べよ	
31	日						

10月平均摂取エネルギー(以上児:593kcal・未満児:507kcal) ※ご家庭での食事に変化等がありましたらお知らせ下さい。

※()は未満児(0・1・2歳児)に提供予定です。※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・ちくわ・かまぼこはアレルギーフリーの物を提供します。

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

岩手一周給食盛岡市。盛岡のソウルフードとして有名な福田パン。大きなコッペパンに好きなクリームを挟んで食べます。保育所では手作りコッペパンにイチゴジャムを挟んで提供予定です。
世界一周給食はフランス。鍋に塊のままの牛肉や野菜類に香辛料を入れ長時間煮込んだポトフはフランスの家庭料理のひとつ。保育所用に食べやすい食材や味付けで提供予定です。