



# 10月献立表

令和3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<br>(未満児)  | アレルギー児おやつ<br>(未満児) | 献立名   | アレルギー対応食材                           | おやつ<br>(未満児・以上児)        | アレルギー児おやつ<br>(未満児・以上児) |
|----|----|---------------|--------------------|---|-------------------------------------|-------------------------|------------------------|
| 1  | 金  | 牛乳<br>せんべい    | 小麦バナナ              | サバのカレー焼き・ごぼうサラダ・ブロッコリーソテー・高野豆腐味噌汁・🍷グレープフルーツ🍷りんご       | 乳小麦 豚カレー焼き・シーチキン・ごま・バター除去・専用調味料・りんご | 牛乳<br>★さつま芋蒸しパン         | 乳麦茶<br>乳小麦★スイートポテト     |
| 2  | 土  | ヨーグルト         |                    | チキンライス・スープ・バナナ  | 乳小麦 豚そぼろ丼・りんご                       | 麦茶・せんべい                 | 小麦米粉せんべい               |
| 3  | 日  |               |                    |   |                                     |                         |                        |
| 4  | 月  | 牛乳<br>さつぼろポテト | 小麦りんご              | タラのマヨチーズ焼き・じゃが芋ベーコンソテー・きゅうり中華和え・豚汁・🍷オレンジ🍷バナナ          | 乳小麦 豚塩焼き・ごま・ごま油除去・専用調味料・りんご         | 麦茶★🍷マツタケおにぎり🍷鮭おにぎり      | 乳麦茶                    |
| 5  | 火  | 牛乳<br>ビスケット   | 小麦バナナ              | 鶏天・大根サラダ・トマト・キャベツ味噌汁・🍷グレープフルーツ🍷りんご                    | 乳小麦 鶏照り焼き・ちくわ除去・専用調味料・りんご           | 牛乳🍷歌舞伎揚げ<br>🍷ぱりんこ       | 乳麦茶<br>乳小麦米粉せんべい       |
| 6  | 水  | 牛乳<br>ベジたべる   | 小麦米粉せんべい           | 鮭の照り焼き・豚野菜味噌炒め・大学芋・大根味噌汁・🍷オレンジ🍷バナナ                    | 乳小麦 豚照り焼き・さつま芋煮・専用調味料・りんご           | 牛乳★🍷黒ごまケーキ🍷パウンドケーキ      | 乳麦茶 乳小麦★パウンドケーキ(米粉豆乳)  |
| 7  | 木  | 牛乳<br>たべっこ動物  | 小麦バナナ              | 餃子・中華サラダ・🍷枝豆🍷トマト・野菜スープ・🍷グレープフルーツ🍷りんご                  | 乳小麦 豚野菜焼き・ごま・ごま油除去・専用調味料・りんご        | ヨーグルト<br>ビスケット          | 乳りんごゼリー                |
| 8  | 金  | 牛乳<br>おととつと   | 小麦りんご              | 豚生姜焼き・シルバーサラダ・粉ふき芋・豆腐味噌汁・バナナ                          | 乳小麦 ごま除・専用調味料・りんご                   | 牛乳★🍷あんバターパン🍷白パン         | 乳麦茶<br>乳小麦★フライドポテト     |
| 9  | 土  | ヨーグルト         |                    | 麻婆丼・スープ・バナナ   | 乳小麦 ごま油除去・りんご                       | 麦茶・せんべい                 | 小麦米粉せんべい               |
| 10 | 日  |               |                    |   |                                     |                         |                        |
| 11 | 月  | 牛乳<br>ビスコ     | 小麦りんご              | 鮭の塩焼き・鶏大根煮・さつま芋煮・豆腐味噌汁・バナナ                            | 乳小麦 豚照り焼き・専用調味料・りんご                 | 牛乳<br>源氏パイ              | 乳麦茶<br>乳小麦米粉せんべい       |
| 12 | 火  | 牛乳<br>さつぼろポテト | 小麦バナナ              | ローストチキン・スパゲッティソテー・茹でブロッコリー・ポトフ・🍷グレープフルーツ🍷りんご          | 乳小麦 スパゲッティ・コンソメ除去・専用調味料・りんご         | ヨーグルト<br>ぱりんこ           | 乳ぶどうゼリー<br>小麦米粉せんべい    |
| 13 | 水  | 牛乳<br>ハーベスト   | 小麦米粉せんべい           | タラの西京焼き・ミニハムカツ・野菜ごま和え・厚揚げ味噌汁・🍷オレンジ🍷バナナ                | 乳小麦 豚塩焼き・ごま除去・専用調味料・りんご             | 牛乳<br>★焼きそば             | 乳麦茶<br>小麦りんご           |
| 14 | 木  | 牛乳<br>ぱりんこ    | 小麦バナナ              | 鶏肉のソース焼き・ツナ和え・芋煮そぼろあん・若布味噌汁・🍷グレープフルーツ🍷りんご             | 乳小麦 ツナ除去・専用調味料・りんご                  | 牛乳<br>★ストーンクッキー         | 乳麦茶<br>乳小麦★ポテトチップス     |
| 15 | 金  | 牛乳<br>ビスケット   | 小麦りんご              | 誕生会 炊き込みご飯・ハンバーグ・和風サラダ・コーンマヨピザ・スープ・🍷オレンジ🍷バナナ          | 乳小麦 白飯・パン粉除去・コーンソテー・専用調味料・りんご       | ★🍷ぶどうゼリー🍷りんごゼリー         | 乳★りんごゼリー               |
| 16 | 土  | ヨーグルト         |                    | カレーライス・スープ・バナナ  | 乳小麦 専用カレールー・りんご                     | 麦茶・せんべい                 | 小麦米粉せんべい               |
| 17 | 日  |               |                    |   |                                     |                         |                        |
| 18 | 月  | 牛乳<br>ベジたべる   | 小麦りんご              | 鮭の洋風焼き・春雨ソテー・板かま和え・白菜味噌汁・🍷オレンジ🍷バナナ                    | 乳小麦 豚野菜焼き・ごま油・かまぼこ除去・専用調味料・りんご      | 牛乳<br>★ホットケーキ           | 乳麦茶 乳小麦★ホットケーキ(米粉豆乳)   |
| 19 | 火  | 牛乳<br>たべっこ動物  | 小麦バナナ              | 鶏甘辛煮・りんごフレンチ・トマト・スープ・🍷グレープフルーツ🍷りんご                    | 乳小麦 鶏照り焼き・りんご                       | ヨーグルト<br>ビスコ            | 乳りんごゼリー<br>小麦米粉せんべい    |
| 20 | 水  | 牛乳<br>ハーベスト   | 小麦米粉せんべい           | 信田煮・さつま芋天ぷら・お浸し・大根味噌汁・🍷オレンジ🍷バナナ                       | 乳小麦 さつま芋煮・専用調味料・りんご                 | 牛乳<br>★りんごケーキ           | 乳麦茶 乳小麦★りんごケーキ(豆乳米粉)   |
| 21 | 木  | 牛乳<br>おととつと   | 小麦バナナ              | 🍷サバ🍷タラの竜田揚げ・青のりとちくわのポテトサラダ・ひじき煮・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・ちくわ除去・専用調味料・りんご            | 牛乳<br>ぱりんこ              | 乳麦茶<br>小麦米粉せんべい        |
| 22 | 金  | 牛乳<br>ビスコ     | 小麦米粉せんべい           | 豚ごまだれ焼き・マカロニサラダ・かぼちゃ煮・豆腐味噌汁・バナナ                       | 乳小麦 ごま・マカロニ除去・専用調味料・りんご             | 牛乳★🍷ピザパン🍷白パン            | 乳麦茶・パウンドケーキ(豆乳) 小麦りんご  |
| 23 | 土  | ヨーグルト         |                    | 中華丼・スープ・バナナ   | 乳小麦 ごま油除去・りんご                       | 麦茶・せんべい                 | 小麦米粉せんべい               |
| 24 | 日  |               |                    |   |                                     |                         |                        |
| 25 | 月  | 牛乳<br>さつぼろポテト | 小麦りんご              | ドライカレー・パンプキンサラダ・ミニドッグ・スープ・バナナ                         | 乳小麦 ポイルウインナー・りんご                    | ★ハロウィンゼリー<br>(オレンジ・りんご) |                        |
| 26 | 火  | 牛乳<br>ビスケット   | 小麦バナナ              | チキンカツ・大根ツナサラダ・ゆかり和え・若布味噌汁・🍷グレープフルーツ🍷りんご               | 乳小麦 鶏照り焼き・つな・ごま除去・専用調味料・りんご         | ヨーグルト<br>ハーベスト          | 乳ぶどうゼリー<br>小麦米粉せんべい    |
| 27 | 水  | 牛乳<br>ベジたべる   | 小麦米粉せんべい           | 鮭味噌焼き・筑前煮・彩納豆・キャベツ味噌汁・🍷オレンジ🍷バナナ                       | 乳小麦 豚塩焼き・ちくわ除去・専用調味料・りんご            | 牛乳<br>★スイートポテト          | 乳麦茶<br>乳★スイートポテト(豆乳)   |
| 28 | 木  | 牛乳<br>たべっこ動物  | 小麦バナナ              | シュウマイ・春雨サラダ・🍷枝豆🍷粉ふき芋・大根味噌汁・🍷グレープフルーツ🍷りんご              | 乳小麦 しゅうまい皮・ごま油除去・専用調味料・りんご          | 牛乳🍷かりんとう<br>🍷ぱりんこ       | 乳麦茶<br>小麦米粉せんべい        |
| 29 | 金  | 牛乳<br>ぱりんこ    | 小麦りんご              | タラフライ・しょうゆフレンチ・トマト・もやし味噌汁・🍷オレンジ🍷バナナ                   | 乳小麦 豚照り焼き・ちくわ除去・専用調味料・りんご           | 牛乳★🍷シュガーラスク<br>🍷ジャムサンド  | 乳麦茶<br>乳小麦★フライドポテト     |
| 30 | 土  | ヨーグルト         |                    | タコライス・スープ・バナナ   | 乳小麦 豚そぼろ丼・りんご                       | 麦茶・せんべい                 | 小麦米粉せんべい               |
| 31 | 日  |               |                    |   |                                     |                         |                        |

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。※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。

※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。)

※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。 <世界の料理> フランス料理 ポトフ <岩手一周献立> 盛岡市 あんバターパン(福田パン風)