



10月献立表



令和4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	土	麦茶・味しらべ		焼肉丼・豆腐味噌汁・バナナ		麦茶・パイ菓子	
2	日						
3	月	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	チキンカツ・ウインナーマト煮・ほうれん草海苔和え・豆腐味噌汁・梨		牛乳★ごまトースト	牛乳→麦茶 食パン→除去用パン
4	火	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	鮭ホイル焼き・五目きんぴら・白菜お浸し・若布味噌汁・バナナ	ホイル焼き →バター除去	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶
5	水	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	鶏みぞれ煮・ナスフライ・マカロニソテー・じゃが芋味噌汁・オレンジ		牛乳★ポパイドーナツ	牛乳→麦茶
6	木	牛乳・山田煎餅	牛乳→麦茶	鱈フライ・きゅうりとひじきのサラダ・かぶそぼろ煮・キャベツ味噌汁・バナナ		牛乳 ★ハムコーン蒸しパン	牛乳→麦茶
7	金	フルーツゼリー		チキンカレー・きのこスープ・オレンジ (運動会総練習)		アイス(ドール)	
8	土	麦茶・えびせん		和風スパゲティ・野菜スープ・バナナ		麦茶・揚げ煎餅	
9	日			運動会			
10	月			スポーツの日			
11	火	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	豚甘辛煮・ハムコーンサラダ<りんごドレッシング>・たこさんウインナー・高野豆腐味噌汁・バナナ		牛乳★水ようかん	牛乳→麦茶
12	水	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	秋刀魚蒲焼(鱈照り焼き)・椎茸入り納豆・ミニドック・じゃが芋味噌汁・オレンジ		ヨーグルト・塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー
13	木	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	鶏ソテーマトソースがけ・そうめんサラダ・粉ふき芋・若布味噌汁・バナナ		牛乳・ブリッツ	牛乳→麦茶 ブリッツ→えびせん
14	金	牛乳・ベジたべる	牛乳→麦茶	鮭と鶏の仲良しバーグ・細切りピーマンの炒め物・小松菜と大根のサラダ・きのこ味噌汁・オレンジ		牛乳★焼きそば	牛乳→麦茶
15	土	麦茶・塩煎餅		ドライカレー・野菜スープ・バナナ		麦茶・ばかうけ	
16	日						
17	月	牛乳・味しらべ	牛乳→麦茶	鮭竜田揚げ・かぼちゃマッシュ・ブロッコリーサラダ・大根味噌汁・グレープフルーツ(りんご)		牛乳★団子(あんこ)	牛乳→麦茶
18	火	牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶	松風焼き・きんぴらレンコン・トマト・じゃが芋味噌汁・オレンジ		ジョア(マスカット)・ハッピーターン	ジョア →ブドウジュース
19	水	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	鯖カレー焼き(鱈カレー焼き)・竹輪海女ちゃん揚げ・バリバリサラダ・豆腐味噌汁・バナナ		牛乳★スイートポテト	牛乳→麦茶 スイートポテト →バター・牛乳除去
20	木	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	回鍋肉・中華春雨サラダ・枝豆・若布スープ・オレンジ		牛乳・揚げ煎餅	牛乳→麦茶
21	金	牛乳・揚げ煎餅	牛乳→麦茶	鱈塩焼き・切干大根五目煮・トマト・なめこ汁・バナナ		牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶
22	土	麦茶・えびせん		麻婆丼・中華スープ・バナナ (5歳児保育参観日)		麦茶・塩煎餅	
23	日						
24	月	牛乳・塩煎餅		筑前煮・豆腐ナゲット・ゴマよごし・大根味噌汁・オレンジ		牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶
25	火	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	お化けバーグ・カレーポテサラ・ほうれん草ツナ和え・野菜スープ・バナナ (ハロウィン)		牛乳 ★かぼちゃクッキー	牛乳→麦茶
26	水	フルーツゼリー		くまさんミートスパゲティ・さつま芋ボール・コーンサラダ・トマト・若布スープ・オレンジ (誕生会)		ぶどうジュース ★りんごケーキ	
27	木	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	豚カレー風味焼き・ひじき炒め煮・じゃが芋甘辛煮・なめこ汁・バナナ		牛乳・えびせん	牛乳→麦茶
28	金	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	鮭ごま味噌焼き・竹輪唐揚げ・切干大根サラダ・キャベツ味噌汁・オレンジ		牛乳・まがり煎餅	牛乳→麦茶 まがり煎餅→塩煎餅
29	土	麦茶・ベジたべる		中華丼・若布スープ・バナナ		麦茶・パイ菓子	
30	日						
31	月	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶	海苔巻きチキン・シーフードスパゲティ・キャベツごまサラダ・きのこ味噌汁・オレンジ		牛乳 ★きな粉かりんとう	牛乳→麦茶

10月平均摂取エネルギー (以上児: 579kcal・未満児: 494kcal)

※ご家庭での食事で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。