



10月献立表



令和5年9月29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	日						
2	月	フルーツゼリー		ご飯・豆腐和風あんかけ・さつま芋天ぷら・枝豆・大根味噌汁・オレンジ	醤油→除去 天ぷら→片栗粉	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶
3	火	牛乳・塩煎餅		ご飯・鱈バター醤油焼き・コーンソテー・きゅうりササミ和え・キャベツ味噌汁・りんご	バター→除去 醤油→除去	牛乳★ドーナツ	牛乳→麦茶 ドーナツ→米粉
4	水	牛乳・サッポロポテト	サッポロポテト →除去菓子	ご飯・鶏そぼろ・マカロニソテー・大根ツナサラダ・豆腐味噌汁・バナナ	醤油→除去	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶 ぼたぼた焼き→除去菓子
5	木	牛乳・クラッカー	クラッカー →除去菓子	ご飯・鶏リンゴソース焼き・さつま芋フライ・トマト・白菜味噌汁・オレンジ	醤油→除去	★かき氷	
6	金	麦茶・ばかうけ	ばかうけ→除去菓子	カレーライス・野菜スープ・バナナ (運動会総練習)	バナナ→オレンジ	ヨーグルト・塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー
7	土	麦茶・白い風船		ミートソーススパゲティ・野菜スープ・オレンジ	スパゲティ →チキンライス	麦茶・ハッピーターン	
8	日			運動会			
9	月			スポーツの日			
10	火	牛乳・ベジたべる	ベジ食べる→除去菓子	ご飯・豚挽肉味噌炒め・ひじき煮・茹でブロッコリー・大根味噌汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳★かぼちゃパン	牛乳→麦茶 パン→米粉
11	水	牛乳・ビスケット	ビスケット→除去菓子	ご飯・鶏青のり唐揚げ・トマトサラダ<胡麻ドレ>・じゃが芋甘辛煮・なめこ汁・りんご	唐揚げ→片栗粉 醤油→除去	牛乳・まがり煎餅	牛乳→麦茶 まがり煎餅→塩煎餅
12	木	牛乳・おととと	おととと→除去菓子	ご飯・鮭マヨネーズ焼き・竹輪唐揚げ・彩りナムル・豆腐味噌汁・オレンジ	唐揚げ→片栗粉 醤油→除去	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶 サッポロポテト→塩煎餅
13	金	牛乳・えびせん	えびせん→除去菓子	おにぎり・鶏塩焼き・さつま芋レモン煮・マカロニサラダ・キャベツ味噌汁・バナナ (マリンキッズ)	マカロニ→除去 バナナ→オレンジ	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶 ぼたぼた焼き→除去菓子
14	土	麦茶・ポテコ		ドライカレー・野菜スープ・オレンジ	ルウ→除去用	麦茶・塩煎餅	
15	日						
16	月	牛乳・白い風船		ご飯・鯖塩焼き(鯖焼)・スパゲティソテー・スティックきゅうり・なめこ汁・オレンジ	スパゲティソテー →野菜炒め	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶
17	火	牛乳・クラッカー	クラッカー →除去菓子	ご飯・蒸し餃子・涼伴三条・大学芋・中華スープ・グレープフルーツ(りんご)	餃子→肉団子 醤油→除去	牛乳★カレーまん	牛乳→麦茶 カレーまん→米粉
18	水	牛乳・えびせん	えびせん→除去菓子	ご飯・鮭竜田揚げ・すき昆布煮・椎茸入り納豆・じゃが芋味噌汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	麦茶★おにぎり (備蓄アルファ米)	
19	木	牛乳・ビスケット	ビスケット→除去菓子	ご飯・豚マヨ焼き・かぼちゃごま煮・フレンチハムサラダ・若布味噌汁・りんご	醤油→除去	ヨーグルト・ハッピーターン	ヨーグルト→ゼリー
20	金	フルーツゼリー		ご飯・秋刀魚蒲焼(鯖蒲焼)・チキンナゲット・ほうれん草ツナ和え・大根味噌汁・オレンジ	醤油→除去	牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶
21	土	麦茶・白い風船		豚と野菜の味噌炒め丼・豆腐味噌汁・バナナ(3歳児参観日)	バナナ→オレンジ	麦茶・ばかうけ	ばかうけ→除去菓子
22	日						
23	月	牛乳・クラッカー	クラッカー→除去菓子	ご飯・鱈カレー焼き・五目きんぴら・コーンサラダ・若布味噌汁・オレンジ	醤油→除去	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶 ぼたぼた焼き→除去菓子
24	火	牛乳・サッポロポテト	サッポロポテト →除去菓子	ご飯・さつま芋コロケツ・ひじき和風サラダ・トマト・キャベツ味噌汁・りんご	コロケツ→肉団子 醤油→除去	ジョアマスカット・コーン菓子	ジョア→ぶどうジュース コーン菓子→除去菓子
25	水	牛乳・えびせん	えびせん→除去菓子	ご飯・すき焼風煮・竹輪磯辺揚げ・ゆかり和え・なめこ汁・オレンジ (思い出遠足)	醤油→除去 磯辺揚げ→片栗粉	★フルーツヨーグルト	ヨーグルト→ゼリー バナナ→除去
26	木	牛乳・塩煎餅		ご飯・鮭味噌カツ・ピーマンきんぴら・ゴボウサラダ・じゃが芋味噌汁・りんご	カツ→竜田揚げ 醤油→除去	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶 ばかうけ→除去菓子
27	金	牛乳・ビスケット	ビスケット→除去菓子	ご飯・筑前煮・ミニフランク・しめじ和え・豆腐味噌汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳★カレーピザ	牛乳→麦茶 ピザ→米粉/チーズ→除去
28	土	麦茶・ポテコ		中華丼・中華スープ・りんご	醤油→除去	麦茶・塩煎餅	
29	日						
30	月	牛乳・白い風船		キンパ風混ぜご飯・鶏甘辛煮・スパゲティサラダ・フライドポテト・野菜スープ・オレンジ (誕生会)	醤油→除去 スパゲティ→除去	★リンゴゼリー・ハッピーターン	
31	火	フルーツゼリー		チキンライス・ハロウィンバーグ・ベーコンポテサラ・茹でブロッコリー・野菜スープ・りんご (ハロウィン)		牛乳 ★お化けクッキー	牛乳→麦茶 クッキー→米粉

10月平均摂取エネルギー(以上児:557kcal・未満児:480kcal) ※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・ウィンナー・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。※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。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいに持たせて下さい。