



# 10月献立表

令和5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	日						
2	月	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・鮭の唐揚げ・醤油フレンチ🍷枝豆🍷粉ふき 大根味噌汁・🍷オレンジ🍷バナナ	乳豚照り焼き ちくわ除去	牛乳★🍷チョコ蒸しパン ★🍷蒸しパン	乳麦茶 ★蒸しパン(乳除去)
3	火	牛乳 白い風船	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・肉じゃが・ちくわ天ぷら・お浸し・厚揚げ味噌汁 りんご	乳ちくわ・おかか除去	ヨーグルト ベジタべる	乳ぶどうゼリー りんごゼリー
4	水	牛乳 ぱりんこ	乳麦茶	ご飯・たら南部焼き・キャベツの味噌炒め 茹でブロッコリー・若布味噌汁・バナナ	乳豚塩焼き・オレンジ	牛乳★🍷カレーパン ★🍷白パン	乳麦茶 ★フライドポテト
5	木	牛乳 食べっこ動物	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・ミートボール(カレー味)・中華サラダ マッシュポテト・スープ・🍷グレープフルーツ🍷りんご	乳ごま油・乳除去 りんご	★りんごゼリー	
6	金	牛乳 ベジタべる	乳麦茶	ご飯・鶏パンパンジー焼き・青菜ナムル・トマト 豆腐味噌汁・バナナ	乳ごま・ごま油除去 オレンジ	牛乳 とんがりコーン	乳麦茶
7	土	ヨーグルト		タコライス・スープ・バナナ		麦茶・ぱりんこ	
8	日						
9	月			ス ポ ー ツ の 日			
10	火	牛乳 白い風船	乳麦茶 サッポロポテト	カレーライス・スープ・バナナ (運動会総練習)	乳オレンジ	牛乳 ぼたぼた焼きせんべい	乳麦茶
11	水	牛乳 ビスケット	乳麦茶 ベジタべる	ご飯・八宝菜・ちくわのピザ焼き・かぼちゃ天ぷら キャベツ味噌汁・🍷グレープフルーツ🍷りんご	乳ちくわ除去・りんご	牛乳 ★さつま芋ガレット	乳麦茶・乳除去
12	木	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・ローストチキン・ブロッコリーサラダ・トマト 豆腐味噌汁・バナナ	乳オレンジ	牛乳 ベジタべる	乳麦茶
13	金	牛乳 ぱりんこ	乳麦茶	ご飯・鮭フライ・和風サラダ・ほうれん草ソテー 大根味噌汁・りんご	乳豚味噌焼き	牛乳 ★あんバターパン	乳麦茶 ★パンケーキ(乳除去)
14	土			運 動 会			
15	日						
16	月	牛乳 ベジタべる	乳麦茶	ご飯・鶏照り焼き・ビーフソテー・かぼちゃ煮 豆腐味噌汁・バナナ	乳オレンジ	牛乳 塩せんべい	乳麦茶
17	火	牛乳 食べっこ動物	乳麦茶 ベジタべる	ご飯・鮭ムニエル・塩昆布和え・ウインナー炒め キャベツ味噌汁・りんご	乳豚照り焼き	牛乳 ★おからドーナツ	乳麦茶・乳除去
18	水	牛乳 白い風船	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・豚カツ・コーンサラダ・トマト・スープ 🍷オレンジ🍷バナナ		ヨーグルト ベジタべる	乳🍷ぶどうゼリー 🍷りんごゼリー
19	木	牛乳 ぱりんこ	乳麦茶	ご飯・たらカレー粉焼き・春雨ソテー・おかか和え 大根味噌汁・🍷グレープフルーツ🍷りんご	乳豚カレー焼き おかか除去・りんご	牛乳★🍷焼きおにぎり ★🍷鮭おにぎり	乳麦茶
20	金	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・鶏肉のソース焼き・マカロニサラダ もやしナムル・厚揚げ味噌汁・バナナ	乳ごま・ごま油除去 オレンジ	牛乳 ★りんごケーキ	乳麦茶・乳除去
21	土	麦茶・クラッカー		カレーライス・スープ・バナナ		麦茶・ベジタべる	
22	日						
23	月	牛乳 おととと	乳麦茶 ベジタべる	ご飯・鶏肉の味噌焼き・切干大根煮・さつまいも煮 厚揚げ味噌汁・バナナ	乳オレンジ	牛乳🍷かりんとう 🍷ぱりんこ	乳麦茶
24	火	牛乳 白い風船	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・たら照り焼き・鶏大根煮・茹でブロッコリー もやし味噌汁・りんご	乳豚照り焼き	牛乳ポテコ おととと	乳麦茶
25	水	牛乳 ベジタべる	乳麦茶	誕生会 炊き込みご飯・ハンバーグ・ツナ和え フライドポテト・スープ・🍷オレンジ🍷バナナ	乳ツナ除去	★🍷ぶどうゼリー ★🍷りんごゼリー	
26	木	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・鶏甘辛煮・和風スパゲッティ・トマト 高野豆腐味噌汁・りんご		牛乳★ごまトースト ★ジャムサンド	乳麦茶 ★パウンドケーキ
27	金	牛乳 ぱりんこ	乳麦茶	ご飯・鮭のマヨネーズ焼き・もやし炒め・枝豆粉ふき芋 キャベツ味噌汁・バナナ	乳豚マヨネーズ焼き オレンジ	ヨーグルト ベジタべる	乳ぶどうゼリー りんごゼリー
28	土	ヨーグルト		麻婆丼・スープ・バナナ		麦茶・サッポロポテト	
29	日						
30	月	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・チキン竜田揚げ・パンプキンサラダ・トマト スープ・りんご		牛乳 ★ハロウィンクッキー	乳麦茶・乳除去
31	火	牛乳 おととと	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・たら洋風焼き・マカロニソテー・海苔和え じゃが芋味噌汁・オレンジ・バナナ	乳豚野菜焼き	牛乳 ★アメリカンドッグ	乳麦茶

10月平均摂取エネルギー(以上児:582kcal・未満児:503kcal) ※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)に提供する果物です。

※お箸、おしぼりセットは毎日きれいに持たせてください。

※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。)