



10月献立表



令和7年10月1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	水	牛乳 とんがりコーン		ご飯・野菜メンチカツ・コーンサラダ・トマト 野菜スープ・梨(バナナ)		牛乳 ★りんごケーキ	牛乳→麦茶
2	木	牛乳 ベジタべる		ご飯・しめじ入りハンバーグ・スパゲッティサラダ 春雨のツナ和え・高野豆腐味噌汁・バナナ	バナナ→ オレンジ	牛乳・ぼたぼた焼き (えびせん)	牛乳→麦茶
3	金	ミニジュース サッポロポテト		チキンカレー・野菜スープ・オレンジ(バナナ) (運動会総練習)	カレー→アンパン マンカレー	牛乳・歌舞伎揚げ (のりせんべい)	牛乳→麦茶
4	土	麦茶・ベジタべる		麻婆丼・すまし汁・オレンジ		麦茶・せんべい	
5	日						
6	月	牛乳 えびせんべい		ご飯・鰯の竜田揚げ・マカロニサラダ・ ブロッコリーツナ和え・若布味噌汁・オレンジ		牛乳・純米せんべい (サッポロポテト)	牛乳→麦茶
7	火	牛乳 クラッカー		ご飯・ローストチキン・ハムサラダ・ さつま芋のレモン煮・高野豆腐味噌汁・バナナ	バナナ→ オレンジ	牛乳・ベジタべる (ばりんこせんべい)	牛乳→麦茶
8	水	牛乳 サラダせんべい		こぎつねご飯・鮭の西京焼き・中華サラダ 竹輪の磯辺揚げ・大根味噌汁・オレンジ		牛乳 ★照り焼きピザ	牛乳→麦茶
9	木	牛乳 ベジタべる		ご飯・豚肉のソース炒め・ポテトサラダ・ ほうれん草ツナ和え・なめこ汁・りんご		牛乳・歌舞伎揚げ (とんがりコーン)	牛乳→麦茶
10	金	牛乳 とんがりコーン		ご飯・鶏肉の唐揚げごま風味・五目ひじき煮 青菜のおひたし・高野豆腐味噌汁・梨(オレンジ)		牛乳 ★キャロットケーキ	牛乳→麦茶
11	土	麦茶・ベジタべる		スパゲッティナポリタン・野菜スープ・オレンジ		麦茶・源氏パイ	
12	日			運 動 会		ごほうびおやつ	
13	月			スポーツの日			
14	火	牛乳 とんがりコーン		ご飯・鮭グラタン・スパゲッティソテー・トマト 野菜スープ・梨(バナナ)	バナナ→オレンジ 鮭照り焼き	麦茶★たぬきおにぎり (おにぎり)	
15	水	牛乳 ばりんこせんべい		ご飯・鰯のお好み揚げ・グリーンサラダ ナムル・高野豆腐味噌汁・りんご	チーズ除去	牛乳 ★渦巻きかりんとう	牛乳→麦茶
16	木	牛乳 のりせんべい		ご飯・鶏肉の味噌漬け焼き・中華サラダ ブロッコリーおかか和え・豆腐味噌汁・バナナ	バナナ→ オレンジ	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶
17	金	牛乳 えびせん		ご飯・ミートローフ・シルバーサラダ・トマト キャベツ味噌汁・オレンジ		牛乳・ぼたぼた焼き (ばりんこせんべい)	牛乳→麦茶
18	土	麦茶・クラッカー		甘辛煮丼・味噌汁・オレンジ (3歳児参観)		麦茶・せんべい	
19	日						
20	月	牛乳 ばりんこせんべい		ご飯・鮭のコーン焼き・彩納豆・ナムル・ 高野豆腐味噌汁・バナナ	バナナ→ オレンジ	ヨーグルト のりせんべい	ヨーグルト→ゼリー
21	火	牛乳 源氏パイ		鮭チャーハン・ツナポテトシュウマイ揚げ きゅうりの中華和え・大根味噌汁・りんご		牛乳 ★チーズカレトースト	牛乳→麦茶
22	水	牛乳 動物ビスケット		ご飯・麻婆豆腐・中華サラダ・トマト・ キャベツの味噌汁・オレンジ		牛乳・ばかうけせんべい (とんがりコーン)	牛乳→麦茶
23	木	牛乳 ベジタべる		ご飯・鶏肉のソース焼き・かぼちゃ煮・ 竹輪カレー揚げ・なめこ汁・オレンジ		牛乳 ★パンフキンドーナツ	牛乳→麦茶
24	金	牛乳 ばりんこせんべい		炊込ご飯・鶏の唐揚げ・バリバリサラダ・ フライドポテト・けんちんうどん・梨(バナナ)(誕生会)		★オレンジゼリー	
25	土	麦茶・サッポロポテト		鶏肉のそぼろ丼・すまし汁・オレンジ		麦茶・せんべい	
26	日						
27	月	牛乳 えびせん		ご飯・豚肉とキャベツの炒め物・竹輪の磯辺揚げ トマト・えのき味噌汁・オレンジ		麦茶★おにぎりさん (おにぎり)	
28	火	牛乳 動物ビスケット		カレー担々うどん・ローストチキン・パンフキンサラダ りんごジュース・梨(バナナ)	カレー→アンパン マンカレー	牛乳 ★ハロウィンパン	牛乳→麦茶
29	水	牛乳 とんがりコーン		ご飯・チキンカツトマトソース・ビーフンソテー・ ブロッコリーのツナ和え・肉団子スープ・りんご		牛乳・ばかうけせんべい (ばりんこせんべい)	牛乳→麦茶
30	木	牛乳 サッポロポテト		ご飯・秋刀魚蒲焼風(鰯)・スイートポテトサラダ・ 青菜の板かま和え・高野豆腐味噌汁・オレンジ		ジョア(りんごジュース) ばりんこせんべい	ジョア→ りんごジュース
31	金	牛乳 ばりんこせんべい		ご飯・納豆春巻き・キャベツのおかか和え・ グリーンサラダ・豚汁・バナナ	バナナ→ オレンジ	牛乳・歌舞伎揚げ (クラッカー)	牛乳→麦茶

10月平均摂取エネルギー(以上児:599kcal・未満児496kcal) ※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下さい。

※()内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。※★印はてづくりおやつです。

※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・かまぼこは卵不使用の物を提供します。

