



令和6年度(10月) 給食献立表



日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
			15:00 おやつ	
1日 (火)	食パン 牛乳 鶏肉入りクリームシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ ミニゼリー	食パン/牛乳/じゃが芋・鶏肉・玉ねぎ・人参・ クリームシチュールー・牛乳・油・バター/プロ ッコリー・ベーコン・人参・もやし・コーン・酢・ 砂糖・醤油・マヨネーズ/ミニゼリー	牛乳 シガーフライ わかめとごま入りお にぎり	507 19 17.6 2.0
2日 (水)	ひじきご飯 高野豆腐の含め煮 野菜たっぷり豚汁	米・鶏挽肉・ひじき・こんにゃく・ごぼう・人参・ 砂糖・醤油・酒/高野豆腐・人参・グリーンピース・ 砂糖・醤油・みりん/豚肉・もやし・玉ねぎ・人 参・青ねぎ・油揚げ・赤味噌・白味噌・昆布	牛乳 サクッとあられ 牛乳 魚肉ソーセージと コーンの蒸しパン	440 20 12.8 1.9
3日 (木)	ビビンバ ニラ入り野菜スープ ヨーグルト	米・豚挽肉・小松菜・もやし・人参・大根・砂糖・ 醤油・ごま油・白ごま/ニラ・玉ねぎ・人参・え のきたけ・コンソメ・醤油/ヨーグルト	牛乳 マンナ 牛乳 ソフト塩せんべい	673 20.6 13.5 1.6
4日 (金)	★にこにこ給食★ ご飯 鮭の塩焼き かにかまぼこ入り胡瓜と わかめの酢の物 しめじと切り干し大根の味噌汁	米/鮭・塩/わかめ・かにかまぼこ・もやし・胡 瓜・人参・酢・砂糖・醤油/しめじ・切り干し大 根・人参・玉ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布	プルーンジュース ハイハイン(野菜) プルーンジュース 小魚 満月ボン	563 21.7 3.7 1.5
5日 (土)	<運動会 2~5歳児> 			
7日 (月)	野菜たっぷりちゃんぽん ひじきと大豆のサラダ オレンジ	中華麺・豚肉・ちくわ・もやし・キャベツ・人参・ 青ねぎ・玉ねぎ・白湯/ひじき・大豆・胡瓜・ち くわ・人参・塩・酢・砂糖・醤油・ごま油/オレ ンジ	牛乳 ハイハイン(野菜) 牛乳 ポパイケーキ	500 15.5 17.7 1.2
8日 (火)	カレー風味ウインナー ドッグ 牛乳 ポテトサラダ ミニゼリー 野菜スープ	ドッグパン・ドッグ用ウインナー・ベーコン・キ ャベツ・カレー粉・コンソメ・トマトケチャップ /牛乳/じゃが芋・胡瓜・人参・コーン・酢・砂 糖・醤油・マヨネーズ/チンゲン菜・玉ねぎ・人 参・もやし・コンソメ・醤油/ミニゼリー	牛乳 シガーフライ 野菜のかりんとう	574 21.9 17.3 1.8
9日 (水)	ご飯 鶏肉のてりやき ちくわともやしの炒め物 さつま芋と油揚げの味噌汁	米/鶏肉・みりん・酒・砂糖・醤油/ちくわ・も やし・人参・砂糖・醤油・白ごま・ごま油/油揚 げ・さつま芋・玉ねぎ・人参・赤味噌・白味噌	牛乳 お子様せんべい 牛乳 野菜入りコロッケ	600 26.5 13.7 2.1
10日 (木)	★にこにこ給食★ 中華丼 小松菜とちくわのすまし汁 ヨーグルト	米・豚肉・ちくわ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ 白菜・中華だし・ごま油・酒・醤油/ちくわ・小 松菜・玉ねぎ・人参・醤油・昆布/ヨーグルト	プルーンジュース ハイハイン(野菜) プルーンジュース ふかし芋・梨	385 13.1 6.2 1.3
11日 (金)	三色丼 野菜たっぷり豚汁 ミニゼリー	米・卵・鶏挽肉・小松菜・もやし・砂糖・醤油・ 酒・白ごま/豚肉・しいたけ・木綿豆腐・玉ねぎ・ 人参・わかめ・赤味噌・白味噌・昆布/ミニゼリ ー	牛乳 サクッとあられ 牛乳 小魚 横綱あられ	750 24.1 29.5 2.6
12日 (土)	ウインナーコルネ ホワイトミルク 牛乳 りんご(幼児) ミニゼリー(乳児)	ウインナーコルネ/ホワイトミルク/牛乳/ミ ニゼリー(乳児)/りんご(幼児)	牛乳 お子様せんべい 牛乳 野菜のかりんとう	667 12.9 63.3 0.6
15日 (火)	ハヤシライス 福神漬(幼児) もやし他の中華風ごま酢和え スティックチーズ	米・牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ハヤシライ スルー・油/福神漬(幼児)/もやし・わかめ・ 人参・胡瓜・酢・砂糖・醤油・ごま油・白ごま/ スティックチーズ	牛乳 ビスコ 牛乳 ココナッツサブレ	509 10.7 6.0 0.9

日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
			15:00 おやつ	
16日 (水)	きのこ入り炊き込みご飯 切り干し大根の煮物 のっぺい汁	米・豚肉・しめじ・しいたけ・京揚げ・人参・ 醤油・砂糖・酒・塩/切り干し大根・人参・ち くわ・砂糖・醤油・酒/さつま芋・大根・人参・ 京揚げ・こんにゃく・酒・塩・醤油・昆布	牛乳 ビスコ 牛乳 ひじきせんべい	654 18.4 16.4 9.0
17日 (木)	卵とじうどん 鮭とキャベツの味噌マヨサラダ オレンジ	うどん・卵・鶏肉・玉ねぎ・人参・青ねぎ・片 栗粉・みりん・酒・醤油・昆布/鮭・キャベツ・ コーン・人参・酢・味噌・マヨネーズ/オレン ジ	牛乳 マンナ 牛乳 黒糖蜜のスティッ ク大学芋	595 21.6 16 2.6
18日 (金)	★にこにこ給食★ ゆかりご飯 白身魚のあおさ焼き 大豆の五目煮 えのきたけとキャベツすまし汁	米・ゆかり/カレイ・あおさ・塩/大豆・人参・ ちくわ・平天・ひじき・砂糖・醤油/キャベツ・ えのきたけ・玉ねぎ・人参・醤油・昆布	プルーンジュース 満月ポン プルーンジュース マカロニきな粉	410 21.1 4.8 1.9
19日 (土)	カレーピラフ 野菜スープ ミニゼリー	米・ベーコン・玉ねぎ・人参・ピーマン・カレ ー粉・コンソメ・牛乳/もやし・わかめ・コン ソメ・醤油/ミニゼリー	牛乳 動物ビスケット 牛乳 ココナッツサブレ	520 9.4 7.3 0.7
21日 (月)	★にこにこ給食★ 大豆ご飯 ひじきと豚肉のサラダ 大根と玉ねぎのすまし汁	米・大豆・人参・砂糖・醤油・酒・塩/豚肉・ キャベツ・人参・ひじき・練りごま・砂糖・醬 油・ごま油/大根・玉ねぎ・人参・わかめ・醬 油・昆布	プルーンジュース ハイハイン(野菜) プルーンジュース ポンデケージョ	499 13.5 8.9 2.1
22日 (火)	〈園外保育(4.5歳)〉～弁当日(4.5歳)～ 秋野菜カレー 福神漬(幼児) ミックスサラダ ミニゼリー	米・牛肉・さつま芋・しめじ・玉ねぎ・人参・ カレールウ・油/福神漬(幼児)/ツナ・コー ン・もやし・キャベツ・人参・酢・砂糖・醤油・ マヨネーズ/ミニゼリー	牛乳 マンナ 牛乳 具沢山にゅうめん	669 19.8 17 2.6
23日 (水)	ご飯 鶏肉の竜田揚げ風 中華風春雨サラダ しめじとさつま芋入りすまし汁	米/鶏肉・醤油・みりん・砂糖・酒・片栗粉 /春雨・かにかまぼこ・胡瓜・人参・酢・砂 糖・醤油・ごま油・白ごま/しめじ・さつま 芋・人参・玉ねぎ・醤油・昆布	牛乳 お子様せんべい 牛乳 みかん蒸しパン	567 23.6 10.9 1.5
24日 (木)	野菜たっぷり醤油ラーメン 小松菜ともやしのナムル オレンジ	中華麺・豚肉・かまぼこ・しいたけ・キャベツ・ 人参・もやし・わかめ・コーン・玉ねぎ・醤油 ラーメンスープ/ちくわ・小松菜・もやし・人 参・昆布茶・白ごま・ごま油/オレンジ	牛乳 動物ビスケット 牛乳 小魚 ミレービスケット	651 19.6 26 1.6
25日 (金)	食パン 牛乳 ビーフシチュー ビーフンサラダ ミニゼリー	食パン/牛乳/牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ ビーフシチュールウ・油/ビーフン・かにかま ぼこ・胡瓜・人参・酢・塩・砂糖・醤油・マヨ ネーズ/ミニゼリー	牛乳 サクッとあられ えびみりん	452 13.5 10.4 1.0
26日 (土)	エビピラフ 野菜スープ ミニゼリー	米・エビ・ベーコン・玉ねぎ・人参・グリーンピ ース・コンソメ・バター/もやし・わかめ・コ ンソメ・醤油/ミニゼリー	牛乳 ハイハイン(野菜) 牛乳 野菜のかりんとう	535 17.6 14.5 0.9
28日 (月)	親子丼 ひじきとキャベツの味噌マヨサラダ しめじとさつま芋の味噌汁	米・卵・鶏肉・かまぼこ・玉ねぎ・青ねぎ・砂 糖・醤油・酒/ツナ・ひじき・キャベツ・コー ン・人参・酢・味噌・砂糖・マヨネーズ/しめ じ・さつま芋・玉ねぎ・人参・赤味噌・白味噌・ 昆布	牛乳 マンナ 牛乳 シガーフライ	650 25.2 20.2 2.3
29日 (火)	〈誕生日会〉 ポークケチャップライス 鶏肉の唐揚げ風 ミニゼリー ミックスサラダ 野菜スープ	米・豚肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・トマ トケチャップ・砂糖・コンソメ・バター/鶏肉・ しょうが・にんにく・醤油・片栗粉・ごま油/ ミニゼリー/キャベツ・もやし・かにかまぼ こ・人参・酢・砂糖・醤油・マヨネーズ・塩/ もやし・玉ねぎ・人参・白菜・コンソメ・醤油	牛乳 お子様せんべい 牛乳 フルーツパフェ	505 19.5 16.6 1.5
30日 (水)	カレーうどん ひじきとさつま芋のサラダ スティックチーズ	うどん・鶏肉・油揚げ・青ねぎ・玉ねぎ・カレ ールウ・みりん・酒・醤油・昆布/さつま芋・ ひじき・コーン・ツナ・酢・味噌・砂糖・マヨ ネーズ/りんご	牛乳 満月ポン 牛乳 ゆかりとごま入り おにぎり	712 20.6 16.2 2.5
31日 (木)	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き ちくわともやしのナムル 豆乳白湯スープ	米/鶏肉・塩こうじ/ちくわ・小松菜・もやし・ 人参・昆布茶・ごま油・白ごま/かまぼこ・も やし・玉ねぎ・人参・キャベツ・豆乳・白湯	牛乳 サクッとあられ 牛乳 セサミハーベスト	691 24.2 27.9 1.6

*献立表の栄養価は4歳児を基準に記載しています。

*仕入れの都合により、メニューが変更になることがあります。ご了承下さい。

*パン粉は、卵・乳製品を含まないものを使用しています。

*赤味噌と白味噌は小麦を含まない味噌を使用しています。

*18:30のおやつはソフト塩せんべい・サクッとあられ・芋けんぴ・えびみりんを提供しています。