

献立表

2024年10月

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事 持ち物等	短時部 給食提供 有無
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
01 火	菜っ葉ご飯 大根とがんもの含め煮 小松菜とえのきの和え物 みそ汁	米、砂糖	油揚げ、味噌、鶏肉、が んもどき	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 だいこん、こまつな、えのきた け	煮干し・かつおだし汁、 みりん、しょうゆ	牛乳 花花せんべい	牛乳 シスコーン	スプーン	有
02 水	鯖の塩焼き ブロッコリーのごま和え ☆そうめん汁 ㊦卵	米、砂糖、そうめん	さば、ごま、 ☆かまぼこ	ブロッコリー、にんじん、しめ じ、たまねぎ、ねぎ	酒、しょうゆ、かつお・昆 布だし汁、食塩	牛乳 元気ミレービスケット	お茶 ★ソフトゼリー	スプーン	無
03 木	●オムレツ ㊦卵(ハンバーグ) ☆ごぼうサラダ ㊦卵 オニオンスープ	油、米、じゃがいも、砂 糖	●卵、合挽き肉、ツナ 缶、ごま	ごぼう、パセリ、にんじん、た まねぎ、きゅうり	食塩、昆布だし汁、しょう ゆ、コンソメ、こしょう、ケ チャップ、 ☆ごまドレッシング、酢	牛乳 はとむぎおこし	牛乳 ★マカロニあべかわ	フォーク	有
04 金	●ちくわの磯辺揚げ ㊦卵(卵不使用ちくわの磯辺揚げ) 和風サラダ 豆乳みそ汁	油、米、砂糖、てんぷら 粉	味噌、豆乳、 ●ちくわ	もやし、ほうれんそう、にんじ ん、たまねぎ、キャベツ、か ぼちゃ、カットわかめ、あおの り	酢、煮干し・かつおだし 汁、しょうゆ	牛乳 おせんべい サラダ味	牛乳 塩パニラ		有
05 土	運動会(雨天時:弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒・おやつ持参)					水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ	運動会	無
07 月	弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ	水筒 雪の宿等 ㊦持参おやつ	運動会 予備日	5・6日が 運動会の際は 振替休日 無
08 火	カレイの南蛮漬け ●添え野菜+マヨネーズ ㊦卵(青じそ味) わかめスープ	油、片栗粉、米、砂 糖、 ●マヨネーズ	かれい	ブロッコリー、ピーマン、にん じん、たまねぎ、カットわか め、えのきたけ	酢、食塩、昆布だし汁、 しょうゆ、コンソメ、こしょう	牛乳 ごま入り味付いりこ	牛乳 おさつスナック		有
09 水	マカロニグラタン ☆ハムサラダ ㊦卵 レタススープ ふりかけ(本かつお)	油、米、砂糖、マカロ ニ、パン粉	鶏こま、ベーコン、 ☆ハム、チーズ	レタス、マッシュルーム、パセ リ、にんじん、たまねぎ、きゅ うり、キャベツ	中華粒、酢、食塩、昆布だ し汁、こしょう、ホワイト ソース	牛乳 野菜スティック	ヤクルト ●焼きプリンタルト ㊦卵(対応おやつ)		有
10 木	野菜炒め 高野豆腐のから揚げ なめこのみそ汁 柿	油、片栗粉、米	味噌、豚肉(もも)、高野 豆腐	ピーマン、ねぎ、にんじん、 なめこ、たまねぎ、しょうが、 キャベツ、かき	食塩、酒、煮干し・かつ おだし汁、しょうゆ、こしょ う、オイスターソース、鶏 ガラスープ	牛乳 ふわふわチップ	牛乳 ●★じゃこトースト ㊦卵(対応おやつ)		有
11 金	カレー風味肉じゃが 納豆 みそ汁 バナナ	油、米、砂糖、じゃがい も、糸こんにゃく	油揚げ、味噌、納豆、牛 肉	バナナ、ねぎ、にんじん、た まねぎ、キャベツ	食塩、煮干し・かつおだ し汁、しょうゆ、カレー粉	お茶 十勝ヨーグルト	牛乳 アスパラガスビスケット	4歳児 園外保育	3・5歳児 有 4歳児 弁当持参
12 土	全園児弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ボーロ等 ㊦持参おやつ	水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ		無
15 火	かぼちゃのそぼろ煮 ☆磯和え ㊦卵 みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖	油揚げ、味噌、鶏ひき 肉、 ☆かまぼこ	もみのり、ほうれんそう、ね ぎ、にんじん、たまねぎ、し ょうが、グリーンピース、かぼ ちゃ	食塩、酒、煮干し・かつ おだし汁、みりん、しょう ゆ	牛乳 きな粉ウエハース	牛乳 ★ピザトースト		有
16 水	豚肉のケチャップ煮 ●シーザーサラダ ㊦卵(青じそ味) ワンタンスープ	米、砂糖、ワンタンの皮	豚肉(もも)、ベーコン	マッシュルーム、ブロッコ リー、ピーマン、にんじん、チ ンゲンサイ、たまねぎ、コー ン缶	中華粒、食塩、昆布だし 汁、コンソメ、こしょう、ケ チャップ、しょうゆ ●シーザードレッシング	牛乳 おこめせん にんじん&かぼちゃ 味	牛乳 ●★ホットケーキ ㊦卵(対応おやつ)	フォーク	無
17 木	キャロットピラフ 鶏肉のレモン風味 ●スパゲティサラダ ㊦卵(青じそ味) コンソメスープ	油、片栗粉、米 ●マヨネーズ、スパゲ ティ	鶏肉、●ハム	レモン果汁、パセリ、にんに く、にんじん、たまねぎ、し ょうが、コーン缶、きゅうり、かん たん酢	食塩、酒、昆布だし汁、 しょうゆ、コンソメ、こしょう	牛乳 クリームラスク	ヤクルト 野菜かりんとう		有
18 金	鯖のみそ煮 きゅうりの酢の物 すまし汁 りんご	米、砂糖	油揚げ、味噌、すりごま、 さば、かにかまぼこ	りんご、ねぎ、にんじん、し ょうが、しいたけ、きゅうり、カ ットわかめ、えのきたけ	酢、食塩、酒、みりん、 しょうゆ、かつお・昆布だ し汁	牛乳 とうもろこしでつくった パフスナック	牛乳 ●キャラメルコーン ㊦ナッツ類 (対応おやつ)	1歳児 園外保育	有
19 土	牛乳 パン ㊦弁当・水筒・おやつ持参 ※全園児水筒持参					水筒 赤ちゃんせんべい等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
21 月	☆五目炒め煮 ㊦卵 キャベツのごま和え みそ汁	油、片栗粉、米、板こ んにゃく、砂糖、さつま いも	味噌、鶏もも肉、すりご ま、 ☆うずら卵	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 たけのこ、キャベツ、いんげ ん	酢、煮干し・かつおだし 汁、しょうゆ	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 ★レモンクッキー		有
22 火	☆ハンバーグ ㊦卵 ●切り干し大根のマヨカレーサラダ ㊦卵(青じそ味) コーンスープ	米、●マヨネーズ、パン 粉	☆卵、合挽き肉、牛乳、 ツナ缶	切り干しだいこん、パセリ、に んじん、たまねぎ、コーン缶、 クリームコーン缶、きゅうり	中華粒、食塩、昆布だし 汁、こしょう、ケチャップ、 カレー粉	牛乳 ねじりん棒	牛乳 ●★アメリカンドッグ ㊦卵(対応おやつ)		有
23 水	豚肉のしょうが焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁	油、米、砂糖、じゃがい も	油揚げ、味噌、挽きわり 納豆、豚肉、かつお節	もやし、ほうれんそう、ねぎ、 にんじん、たまねぎ、し ょうが、しめじ	煮干し・かつおだし汁、 みりん、しょうゆ	牛乳 やさいスナック	ヤクルト たべっ子どうぶつ	2歳児 園外保育	無
24 木	焼き鳥丼 ☆れんこんサラダ ㊦卵 すまし汁 オレンジ	米、砂糖、☆マヨネー ズ	絹ごし豆腐、鶏こま、ツ ナ缶、すりごま	白ねぎ、刻みのり、れんこ ん、オレンジ、ねぎ、にんじ ん、たまねぎ、きゅうり	酢、食塩、酒、みりん、 しょうゆ、かつお・昆布だ し汁	牛乳 スイートポリコーン	お茶 ★大豆のおやき		有
25 金	●親子焼き ㊦卵(つくね) きんぴらごぼう 麩のみそ汁	油、米、砂糖、おつゆ 麩	●卵、味噌、鶏ひき肉、 ごま	みつば、ねぎ、にんじん、た まねぎ、しめじ、ごぼう	食塩、煮干し・かつおだ し汁、しょうゆ	牛乳 玄米ぼんぼー	牛乳 雪の宿(黒糖みるく)	3・5歳児 園外保育	4歳児 有 3・5歳児 弁当持参
26 土	牛乳 パン ㊦弁当・水筒・おやつ持参 ※全園児水筒持参					水筒 ボーロ等 ㊦持参おやつ	水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ		無
28 月	☆鶏むね肉のフライ ㊦卵 いんげんのごま和え みそ汁	油、米、小麦粉、砂 糖、パン粉	☆卵、味噌、鶏むね肉、 すりごま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 だいこん、いんげん	中濃ソース、食塩、煮干 し・かつおだし汁、しょう ゆ、こしょう	牛乳 ひじきあられ	牛乳 ★かるかん		有
29 火	ツナカレー ブロッコリーサラダ 国産ももゼリー	油、米、砂糖、じゃがい も	ツナ缶	ブロッコリー、にんじん、たま ねぎ、コーン缶	酢、食塩、しょうゆ、こしょ う、カレールー	牛乳 カルシウム入り かぼちゃボーロ	ミルージュ ●白バラシュークリーム ㊦卵(対応おやつ)	誕生会	有
30 水	味噌煮込みうどん さわらの照り焼き キャベツの塩こぼ和え	ゆでうどん	油揚げ、味噌、鶏こま、 すりごま、さわら	塩こんぶ、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、だいこん、し ょうが、しいたけ、キャベツ	酒、みりん、しょうゆ、昆 布・かつおだし汁	牛乳 うの花クッキー	お茶 ★おにぎり(わかめ)		無
31 木	北欧ミルク食パン コーンシチュー カラフルサラダ フルーツミックス缶	油、砂糖、パン、じゃが いも	牛乳、ベーコン	レッドキャベツ、にんじん、た まねぎ、コーン缶、グリーン ピース、クリームコーン缶、キャ ベツ、フルーツ缶	酢、食塩、しょうゆ、こしょ う、シチュールー	牛乳 カリポテスナック	牛乳 ぼたぼた焼き		有