

10月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日	曜	献立名	食品名	おやつ
1	水	牛乳	発芽玄米ご飯	牛乳
			かじきの香味焼き	黒糖ちんすこう
			五目煮	小麦粉・黒砂糖
			味噌汁/柿	
2	木	牛乳	焼き鳥丼	お茶
			ほうれん草の味噌和え	パンナコッタ
			清汁	生クリーム・牛乳・ゼラチン
			バナナ	バナエッセンス・ブルーベリージャム
3	金	牛乳	ごはん	お茶
			チャプチェ	和風スパゲティー
			塩きゅうり	スパゲティー・ベーコン
			わかめスープ/梨	たまねぎ・しめじ・きざみのり
4	土	牛乳	きのこピラフ	牛乳
			ハムサラダ	セサミトースト
			ポテトスープ	食パン・マーガリン
			バナナ	すりごま・グラニュー糖
6	月	牛乳	わかめごはん	牛乳
			豚肉の生姜焼き	お月見団子
			白菜のおかか和え	かぼちゃ・米粉・豆腐
			清汁/オレンジ	
7	火	牛乳	食パン	お茶
			鶏肉のかりかり焼き	きつねおにぎり
			アスパラサラダ	米・鶏もも肉・油あげ・にんじん
			オニオンスープ/りんご/牛乳	
8	水	牛乳	カレーライス	牛乳
			豆サラダ	米粉チーズ蒸しパン
			柿	米粉・BP・チーズ
9	木	牛乳	さつまいもごはん	お茶
			さばの塩焼き	ぶどうゼリー
			白和え	おせんべい
			味噌汁/バナナ	
10	金	牛乳	麻婆豆腐丼	牛乳
			きゅうりとささみの中華和え	りんごホットケーキ
			中華スープ	ホットケーキ粉・りんご
			梨	
11	土	牛乳	五目御飯	お茶
			小松菜のツナ和え	コーンおかかおにぎり
			味噌汁	米・コーン・かつおぶし
			バナナ	
14	火	牛乳	ミートスパゲティー	お茶
			コロコロサラダ	栗おこわ
			ジュリエンスープ	米・もち米・甘露煮・鶏もも肉
			オレンジ	しめじ・にんじん・干しいたけ
15	水	牛乳	発芽玄米ご飯	牛乳
			かじきの香味焼き	黒糖ちんすこう
			五目煮	小麦粉・黒砂糖
			味噌汁	
16	木	牛乳	柿	
			焼き鳥丼	お茶
			ほうれん草の味噌和え	パンナコッタ
			清汁	生クリーム・牛乳・ゼラチン
			バナナ	バナエッセンス・ブルーベリージャム

※午前おやつは乳児のみの提供になります。

※材料等の都合により献立の変更することもありますので、ご了承下さい。

※メニューの内容をご確認いただき、また食べたことのない食品がありましたら、
保育園で食べる前にご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。



日 曜	午前 おやつ	献立名	食品名	おやつ
17	金	牛乳	ごはん	牛乳
			チャプチェ	ソフトミルクパン
			塩きゅうり	
			わかめスープ/梨	
18	土	牛乳	きのこピラフ	牛乳
			ハムサラダ	キャロットロール
			ポテトスープ	
			バナナ	
20	月	牛乳	わかめごはん	牛乳
			豚肉の生姜焼き	スイートポテト
			白菜のおかか和え	さつまいも・バター・黒ゴマ
			清汁/オレンジ	
21	火	牛乳	食パン	お茶
			鶏肉のかりかり焼き	きつねおにぎり
			アスパラサラダ	米・鶏もも肉・油あげ・にんじん
			オニオンスープ/りんご/牛乳	
22	水	牛乳	カレーライス	牛乳
			豆サラダ	米粉チーズ蒸しパン
			柿	米粉・BP・チーズ
23	木	牛乳	さつまいもごはん	牛乳
			さばの塩焼き	きなこボーロ
			白和え	米粉・きな粉
			味噌汁/バナナ	
24	金	牛乳	麻婆豆腐丼	牛乳
			きゅうりとささみの中華和え	りんごホットケーキ
			中華スープ/梨	ホットケーキ粉・りんご
25	土	牛乳	五目御飯	お茶
			小松菜のツナ和え	コーンおかかおにぎり
			味噌汁	米・コーン・かつおぶし
			バナナ	
27	月	牛乳	ごはん	牛乳
			鮭のちゃんちゃん焼き	シュガーラスク
			きゅうりの昆布和え	コッペパン・バター
			清汁/りんご	
28	火	牛乳	ミートスパゲティ	お茶
			コロコロサラダ	栗おこわ
			ジュリエンスープ	米・もち米・甘露煮・鶏もも肉
			オレンジ	しめじ・にんじん・干しいたけ
29	水	牛乳	★ガパオライス	牛乳
			トマトサラダ	塩マヨポテト
			白菜スープ	じゃがいも・マヨドレ
			バナナ	
30	木	牛乳	㊦ランチ	牛乳
			ごはん	大学芋ケーキ
			鶏肉のカレー唐揚げ	さつまいも・小麦粉・BP
			切干大根のマヨネーズ和え	バター・卵・黒ゴマ
31	金	牛乳	具だくさん味噌汁/柿	
			ピラフ	牛乳
			かぼちゃシチュー	ハロウィンモンブラン
			ブロッコリーサラダ	米粉・ココア・BP・かぼちゃフレーク・バター
			梨	生クリーム・かぼちゃボーロ・チョコペン

●今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 463kcal 蛋白質 16.0g 脂質 14.9g
 幼児 エネルギー 597kcal 蛋白質 20.9g 脂質 17.6g

★印は今月の世界料理です。

