

日付	献立名	材料名			おやつ
		◎バナナ組午前おやつ、◎全員午後おやつ	◎バナナ組、◎午後全員おやつ		
		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	
01 火	御飯、豆腐すまし汁 (キャベツ・えのき)、 鶏肉の衣揚げ(さつまい も)、かぶの塩昆布あえ	七分つき米、さつまい も、◎食パン、片栗粉、 油、◎マヨネーズ	◎牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、◎しらす干し、◎ 粉チーズ、◎牛乳	かぶ、にんじん、たまね ぎ、キャベツ、えのきた け、こまつな、かぶ・ 葉、塩こんぶ、◎あおの り、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎じゃこ トースト
02 水	御飯、すまし汁(だいこ ん・あげ)、さばと玉ね ぎのみそ煮、ブロッコ リーと人参のおかか和 え、みかん缶	七分つき米、◎さつまい も、砂糖	◎牛乳、さば、米みそ (淡色辛みそ)、油揚 げ、かつお節、◎牛乳	みかん缶、たまねぎ、だ いこん、にんじん、フ ロッコリー、万能ねぎ、 しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎蒸し焼き いも
03 木	ミートパイ ミネストローネ キャベツの パインサラダ 	じゃがいも ◎小麦粉◎油 ◎砂糖パン粉 油マヨネーズ オーストラリアデー	◎牛乳、豚ひき肉、ベー コン、粉チーズ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、◎ バナナ、パイン缶、ホー ルトマト缶詰、きゅう り、にんじん、マッシュ ルーム、ピーマン、パセ リ、にんにく	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎バナナ ケーキ
04 金	御飯、豆乳汁(だいこ ん)、豚肉と野菜のカ レー炒め、バイクドジャ が(あおのり)	七分つき米、じゃがい も、◎七分つき米、油	◎牛乳、豚肉(肩ロース)、 豆乳、◎しらす干し、◎ かつお節、◎牛乳	たまねぎ、だいこん、チ ンゲンサイ、にんじん、 クリームコーン缶、えの きたけ、ピーマン、◎焼 きのり、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎おにぎり (じゃこおかか)
05 土	ハヤシライス、コンソメ スープ、ポイルブロッコ リー、フルーツ	七分つき米、じゃがい も、押麦、油	豚肉(肩ロース)、ベー コン、◎牛乳	たまねぎ、ミックスベジ タブル(冷凍)、ブロッ コリー、にんじん、マッ シュルーム	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ
07 月	油揚げとにんじんの混ぜ ご飯(ごま)、みそ汁 (だいこん・ねぎ)、さ けの塩焼き、ほうれん草 とえのき茸のお浸し	七分つき米、さといも (冷凍)、◎米粉、◎砂 糖、◎油、砂糖、ごま	◎牛乳、さけ、◎豆乳、 油揚げ、米みそ(淡色辛 みそ)、◎牛乳	ほうれんそう、◎りん ご、だいこん、えのきた け、にんじん、ねぎ	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎米粉蒸し パン・りんご
08 火	御飯、みそ汁(なす・わ かめ)、豆腐の五目焼 き、チンゲン菜のとろみ 炒め(えのき)、みかん 缶	七分つき米、◎コッペパ ン、さつまいも、片栗 粉、油	◎牛乳、木綿豆腐、鶏ひ き肉、◎クリームチー ズ、米みそ(淡色辛み そ)、◎牛乳	みかん缶、チンゲンサ イ、にんじん、なす、た まねぎ、えのきたけ、◎ みかん缶、ひじき、カッ トわかめ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎ミルク コッペ
09 水	御飯、みそ汁(豆腐・あ げ)、かじきとごぼうの 煮つけ、かぼちゃのマリ ネ、りんご	七分つき米、◎さつまい も、◎砂糖、油、砂糖、 ◎油	◎牛乳、かじき、木綿豆 腐、◎豆乳、米みそ(淡 色辛みそ)、油揚げ、◎ 牛乳	かぼちゃ、りんご、ごほ う、きゅうり、たまね ぎ、切り干しだいこん、 しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎スイート ポテト
10 木	ロールパン、オニオン スープ、ボークビー ンズ、キャベツのりんごサ ラダ	ロールパン、じゃがい も、◎七分つき米、油、 コーンフレーク、砂糖	◎牛乳、豚肉(肩ロース)、 蒸し大豆、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、 ホールのトマト缶詰、りん ご、にんじん、干しぶど う、◎塩こんぶ、◎焼き のり、にんにく	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎おにぎり (塩こんぶ)
11 金	御飯、すまし汁(さとい も・あげ)、さわらの蒸 しみそ焼き、ほうれん草 の塩ごま和え、キウイフ ルーツ、りんご	七分つき米、さといも、 ◎マカロニ、◎砂糖、砂 糖、米粉、ごま、油	◎牛乳、さわら、◎きな 粉、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ、◎牛乳	キウイフルーツ、もや し、ほうれんそう、だい こん、キャベツ、にんじ ん、カットわかめ、しょ うが、りんご	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎マカロニ きな粉
12 土	あんかけ焼きそば、わか めスープ、きゅうりのゆ かりあえ、りんご	焼きそばめん、◎米粉、 ◎油、◎黒砂糖、片栗 粉、油、ごま油	◎牛乳、豚肉(ばら)、◎豆 乳、◎牛乳	りんご、きゅうり、キャ ベツ、コーン缶、もや し、チンゲンサイ、にん じん、干しいたけ、 カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎米粉蒸し パン・黒糖
15 火	御飯、みそ汁(かぼ ちゃ・ねぎ)、さけの酒 蒸し、ひじきの煮物(に んじん)、みかん缶	七分つき米、◎食パン、 ◎マヨネーズ、ごま油、 油、砂糖	◎牛乳、さけ、米みそ (淡色辛みそ)、油揚 げ、◎しらす干し、◎粉 チーズ、◎牛乳	みかん缶、かぼちゃ、に んじん、たまねぎ、えの きたけ、ねぎ、◎みかん 缶、いんげん、ひじき、 切り干しだいこん、◎あ おのり	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎じゃこ トースト
16 水	御飯、豆腐すまし汁 (キャベツ・えのき)、 鶏肉の衣揚げ(さつまい も)、かぶの塩昆布あ え、りんご	七分つき米、◎焼きそば めん、さつまいも、片栗 粉、油、◎ごま油	◎牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、◎豚肉(肩)、◎牛乳	りんご、◎キャベツ、か ぶ、にんじん、たまね ぎ、キャベツ、えのきた け、こまつな、かぶ・ 葉、◎ピーマン、◎にん じん、塩こんぶ、しょ うが、◎あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎スチコン 焼きそば



いちご保育園献立表 2024年10月



日付	献立名	材料名			おやつ
		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	
17 木	さつま芋御飯、すまし汁 (だいこん・あげ)、さ ばと玉ねぎのみそ煮、ブ ロccoliーと人参のおか か和え、みかん缶	七分つき米、○フランス パン、さつまいも、砂糖 	○牛乳、さば、米みそ (淡色辛みそ)、油揚 げ、かつお節、◎牛乳	みかん缶、たまねぎ、だ いこん、にんじん、ブ ロccoliー、○いちご ジャム、万能ねぎ、しょ うが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎いちごス ティック
18 金	御飯、豆乳汁(かぼ ちゃ)、豚肉と野菜のカ レー炒め、ペイクドじゃ が(あおのり)、パイン 缶	七分つき米、じゃがい も、○七分つき米、油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、 豆乳、○しらす干し、○ かつお節、◎牛乳	たまねぎ、パイン缶、か ぼちゃ、クリームコー ン缶、にんじん、チンゲ ンサイ、えのきたけ、ピー マン、○焼きのり、あお のり	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎おにぎり (じゃこおかか)
19 土	チャーハン(ひじき)、 コーンスープ(だいこ ん)、ポイルブロッコ リー、バナナ	七分つき米、○ごま、○ 砂糖、ごま油、油	○牛乳、豚ひき肉、○い わし(田作り)、◎牛乳	バナナ、クリームコー ン缶、ブロccoliー、だい こん、にんじん、ピーマ ン、しいたけ、コー ン缶、ひじき	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎おやつ小 魚(ごま)、◎せん べい
21 月	油揚げとにんじんの混ぜ ご飯(ごま)、みそ汁 (だいこん・ねぎ)、さ けの塩焼き、ほうれん草 とえのき茸のお浸し	七分つき米、さといも (冷凍)、○米粉、○砂 糖、○油、砂糖、ごま	○牛乳、さけ、○豆乳、 油揚げ、米みそ(淡色辛 みそ)、◎牛乳	ほうれんそう、○りん ご、だいこん、えのきた け、にんじん、◎みかん 缶、ねぎ	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎米粉蒸し パン・りんご
22 火	御飯、みそ汁(なす・わ かめ)、豆腐の五目焼 き、チンゲン菜のとろみ 炒め(えのき)	七分つき米、○ホット ケーキ粉、さつまいも、 片栗粉、油	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひ き肉、○生クリーム、米 みそ(淡色辛みそ)、◎ 牛乳	チンゲンサイ、にんじ ん、なす、たまねぎ、え のきたけ、◎みかん缶、 ◎みかん缶、ひじき、 カットわかめ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎お楽しみ ケーキ
23 水	御飯、みそ汁(豆腐・あ げ)、かじきとごぼうの 煮つけ、かぼちゃのマリ ネ、りんご	七分つき米、○さつまい も、油、砂糖	○牛乳、かじき、木綿豆 腐、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ、◎牛乳	かぼちゃ、りんご、ごぼ う、きゅうり、たまね ぎ、切り干しだいこん、 しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎蒸し焼き いも
24 木	ロールパン、オニオン スープ、ポークビー ンズ、キャベツのりんごサ ラダ	ロールパン、じゃがい も、○七分つき米、油、 コーンフレーク、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、 蒸し大豆、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、 ホールトマト缶詰、りん ご、にんじん、干しぶど う、○塩こんぶ、○焼き のり、にんにく	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎おにぎり (こんぶ)
25 金	御飯、すまし汁(さとい も・あげ)、さわらの蒸 しみそ焼き、ほうれん草 の塩ごま和え、りんご	七分つき米、さといも、 ○砂糖、砂糖、米粉、ご ま、油	○牛乳、さわら、○きな 粉、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ、◎牛乳	りんご、もやし、ほうれ んそう、だいこん、キャ ベツ、にんじん、カット わかめ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎マカロニ きな粉
26 土	ミートスパゲティ、 コーンスープ(玉ね ぎ)、ポイルブロッコ リー、みかん	マカロニ・スパゲティ、 ○マカロニ、○砂糖、米 粉、マヨネーズ、油、砂 糖	○牛乳、牛乳、豚ひき 肉、牛ひき肉、○きな 粉、バター、◎牛乳	みかん、たまねぎ、ブ ロccoliー、クリーム コーン缶、にんじん、 コーン缶	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎マカロニ きな粉
28 月	御飯、みそ汁(かぼ ちゃ・ねぎ)、さけの酒 蒸し、ひじきの煮物(に んじん)、みかん缶	七分つき米、○さつまい も、○砂糖、ごま油、 油、砂糖	○牛乳、さけ、○豆乳、 米みそ(淡色辛みそ)、 油揚げ、◎牛乳	みかん缶、かぼちゃ、に んじん、たまねぎ、えの きたけ、ねぎ、さやえん どう、ひじき、切り干し だいこん、○かんでん	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎いもかん てん
29 火	御飯、中華スープ(チ ンゲン菜・いも)、マー ボー豆腐(たまねぎ)、 はるさめの酢の物(みか ん)	七分つき米、○フランス パン、じゃがいも、○ ピーナツバター、はる さめ、砂糖、片栗粉、ご ま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひ き肉、米みそ(淡色辛み そ)、◎牛乳、○クリ ムチーズ	たまねぎ、ねぎ、チンゲ ンサイ、きゅうり、みか ん缶、にんじん、コー ン缶、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳 児室午前おやつ、◎牛 乳、幼児：ピーナツバ ターサンド乳児：ミル クコッペ
30 水	さつま芋御飯、すまし汁 (だいこん・えのき)、 かじきのカレーあんかけ	七分つき米、○フランス パン、さつまいも、片栗 粉、油	○牛乳、かじき、油揚 げ、◎牛乳	チンゲンサイ、たまね ぎ、○いちごジャム、に んじん、コーン缶、えの きたけ、切り干しだいこ ん	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎いちごス ティック
31 木	 お楽しみメニュー	七分つき米、じゃがいも マヨネーズ、パン粉 片栗粉、油	○牛乳、○ヨーグルト(加 糖)、豚ひき肉、牛ひき 肉、牛乳、ハム、◎牛乳	たまねぎ、りんご、きゅ うり、マッシュルーム、 にんじん、コーン缶、切 り干しだいこん	◎麦茶、◎牛乳、◎ 乳児室午前おやつ、 ◎牛乳、◎ヨーグル ト、◎かぼちゃせん べい



🍷 食材を確認し、未食のものがある場合はその日まで食べておくようにしましょう。
🍷 行事や食材の都合により内容を変更する場合があります。その際は、掲示板でご案内させていただきます。