



# 10月献立表

令和6年10月1日 社会福祉法人三心会 織笠保育園

日	曜日	おやつ (未満児)	アレルギー児 おやつ(未満児)	献立名	アレルギー対応食材	おやつ (未満児・以上児)	アレルギー児おやつ (未満児・以上児)
1	火	牛乳 ビスケット	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・ミートボール(カレー味)・フレンチサラダ トマト・スープ・🍊オレンジ🍌バナナ	小麦 パン粉除去	ヨーグルト ぱりんこ	乳りんごゼリー 小ジャガビー
2	水	牛乳 ベジたべる	乳麦茶	ご飯・鮭の竜田揚げ・海苔和え・ひじき納豆 大根味噌汁・りんご	魚 豚竜田揚げ・昆布出汁 魚 小納豆タレ除去	牛乳 ★米粉かぼちゃマフィン	乳麦茶
3	木	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・チキングラタン・ツナ和え・🍌枝豆🍌粉ふき芋 キャベツ味噌汁・バナナ	魚 ツナ除去・昆布出汁 乳 小鶏野菜焼き	牛乳🍌ポテコ 🍌おととと	乳麦茶・ベジたべる
4	金	牛乳 とんがりコーン	乳麦茶	ご飯・カレー春巻き・大根サラダ・ほうれん草ソテー 若布スープ・りんご	魚 ちくわ除去 小 カレーそば	牛乳★🍌チョコチップクッキー ★🍌クッキー	乳麦茶 乳 小米粉クッキー乳除去
5	土	麦茶・クラッカー		チキンライス・スープ・バナナ		麦茶・ベジたべる	
6	日						
7	月	牛乳 ベジたべる	乳麦茶	ご飯・タンドリーチキン・マカロニサラダ・さつま芋煮 豆腐味噌汁・バナナ	魚 昆布出汁 小 マカロニ除去	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶 小ジャガビー
8	火	牛乳 たべっこ動物	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・タラ照り焼き・野菜炒め・茹でブロッコリー 大根味噌汁・りんご	魚 豚照り焼き・昆布出汁	牛乳 ぼたぼた焼きせんべい	乳麦茶 小ポテコ
9	水	牛乳 おととと	乳麦茶 ベジたべる	ご飯・デミソースハンバーグ・マッシュポテト 小松菜ソテー・スープ・🍊オレンジ🍌バナナ	小 ハンバーグ(パン粉除去) 乳 粉ふき芋	牛乳 ★チーズ蒸しパン	乳麦茶 乳 小米粉蒸しパン
10	木	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	鮭チャーハン・チキンナゲット・ナムル・トマト じゃが芋味噌汁・りんご	魚 チャーハン・昆布出汁 ごま ごま・ごま油除去	牛乳 ★焼きそば	乳麦茶 小 魚ビーフン炒め
11	金	牛乳 ビスケット	乳麦茶 ベジたべる	ご飯・豚肉の生姜焼き・シルバーサラダ・芋甘辛煮 厚揚げ味噌汁・バナナ	魚 昆布出汁	牛乳★🍌ピザ ★🍌白パン	乳麦茶 乳 小フライドポテト
12	土	麦茶・ベジたべる		中華丼・スープ・バナナ		麦茶・パイ菓子	
13	日						
14	月			スポーツの日			
15	火	牛乳 ぱりんこ	乳麦茶	若布ご飯・タラパン粉焼き・マカロニナポリ 千草和え・大根味噌汁・りんご	魚 豚塩焼き・昆布出汁 小 タラ塩焼き・マカロニ除去	牛乳★🍌バナナチョコパイ ★🍌バナナヨーグルト	乳麦茶・バナナ 小 バナナヨーグルト
16	水	牛乳 ビスケット	乳麦茶 ベジたべる	ドライカレー・ポイルウインナー・トマト・スープ バナナ (運動会総練習)		🍌ジョア🍌りんごジュース 塩せんべい	小ポテコ
17	木	牛乳 おととと	乳麦茶 サッポロポテト	ご飯・鶏ごま風味唐揚げ・パリパリサラダ トマト・スープ・りんご	小 鶏照り焼き・シュウマイ 皮除去 小 ごま除去	牛乳 ★マドレーヌ	乳麦茶 乳 小米粉ケーキ乳除去
18	金	牛乳 ベジたべる	乳麦茶	ご飯・鮭の香味焼き・豚と大根の煮物 人参ツナ炒め・豆腐味噌汁・バナナ	魚 豚香味焼き・ツナ除去・ 昆布出汁 小 ごま油除去	牛乳 とんがりコーン	乳麦茶 小ジャガビー
19	土	麦茶・サッポロポテト		タコライス・スープ・バナナ		麦茶・クラッカー	
20	日			運動会			
21	月	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・豚肉の味噌炒め・ブロッコリーおかか和え かぼちゃ煮・豆腐味噌汁・バナナ	魚 おかか除去・昆布出汁	ヨーグルト ベジたべる	乳りんごゼリー 小ポテコ
22	火	牛乳 たべっこ動物	乳麦茶 ベジたべる	ご飯・タラ西京焼き・豚肉と春雨の中華炒め トマト・キャベツ味噌汁・りんご	魚 鶏そば・昆布出汁 ごま 小 ごま油除去	牛乳 とんがりコーン	乳麦茶 小ジャガビー
23	水	牛乳 ぱりんこ	乳麦茶	ご飯・シュウマイ・板かま和え・コーンソテー 大根味噌汁・バナナ	魚 かまぼこ除去・昆布出汁 小 シュウマイ皮除去	麦茶 ★さつま芋おにぎり	
24	木	牛乳 ベジたべる	乳麦茶	ご飯・🍌サバ🍌タラ味噌カツ・キャベツごまサラダ きゅうり中華和え・高野豆腐味噌汁・りんご	魚 豚味噌焼き・昆布出汁 小 サバ味噌焼き ごま 小 ごま油除去	牛乳★🍌きな粉トースト ★🍌ジャムサンド	乳麦茶 乳 小米粉パンケーキ 乳除去
25	金	牛乳 とんがりコーン	乳麦茶	ご飯・鶏照り焼き・春雨サラダ・粉ふき芋 大根味噌汁・バナナ	魚 昆布出汁	牛乳🍌かりんとう 🍌ぱりんこ	乳麦茶 小ポテコ
26	土	麦茶・クラッカー		麻婆丼・スープ・バナナ		麦茶・サッポロポテト	
27	日						
28	月	牛乳 ベジたべる	乳麦茶	ハロウィンカレーライス・ツナポテトのシュウマイ揚げ 茹でブロッコリー・スープ・りんご	魚 ツナ除去 小 ツナポテト炒め 未満児カレールウ	牛乳★ハロウィンクッキー (かぼちゃ)	乳麦茶・ 乳 小米粉クッキー乳除去
29	火	牛乳 ビスケット	乳麦茶 サッポロポテト	誕生会 炊き込みご飯・鶏唐揚げ・和風サラダ 大学芋・すまし汁・🍊オレンジ🍌バナナ	魚 昆布出汁 小 鶏照り焼き	★りんごゼリー	
30	水	牛乳 クラッカー	乳麦茶	ご飯・鮭味噌マヨ焼き・ビーフソテー・お浸し 豆腐味噌汁・りんご	魚 豚味噌マヨ焼き おかか除去・昆布出汁	牛乳 塩せんべい	乳麦茶 小ジャガビー
31	木	牛乳 サッポロポテト	乳麦茶	ご飯・鶏さっぱり焼き・中華サラダ・トマト スープ・バナナ	魚 ツナ除去 ごま 小 ごま油除去	ヨーグルト ベジたべる	乳りんごゼリー 小ポテコ

10月平均摂取エネルギー(以上児:578kcal・未満児:498kcal) ※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ください。

※献立表の🍌の表示は以上児(3・4・5歳児)・未満児(0・1・2歳児)のメニューです。※食材の都合により献立を変更する場合があります。

※ハム・ベーコン・ウインナー・ちくわ・かまぼこ・マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。(卵以外のアレルギーは個別に対応しています。)