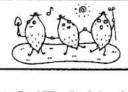


令和5年10月献立表(5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組) 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
2	月	夕焼けライス 高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁 栗ごはん	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにゃく さつま揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 フライドポテト 白い風船	牛乳 じゃがいも 塩 油 ☆ ☆ ☆	472 26.2	
3	火	いわしのかば焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきとたまごのすまし汁	米 栗 人参 塩 砂糖 鰯 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ココナッツサブレ じゃこ気分	牛乳 ☆ ☆ ☆	468 26.4	うさぎ組クッキング☆お部屋でりんごのペーパーカステラを作って食べます♪ たんぽぽ組クッキング☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
4	水	運動会 予備日	ハヤシライス フレンチサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	ヨーグルト 無限海老	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	562 21.0	今月のこの地域の旬(たきさん出回り)おいしく食べられる食材)は鮭・さつまいも・栗・しめじ・えのきです。給食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
5	木	きのこのスパゲティ パンブキンサラダ ブルーン ごはん	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ ブルーン	牛乳 きな粉せんべい 星食べよ	牛乳 ☆ ☆ ☆	486 19.8	
6	金	切り干し大根の煮物 鮎と若布の味噌汁	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮎 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 源氏パイ ぼんち揚げ	牛乳 ☆ ☆ ☆	366 15.7	
7	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生姜 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	462 16.1	家庭保育協力日
9	月	休園(スポーツの日)					
10	火	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と鮎のすまし汁 パン	米 鮭 塩 玉葱 人参 しめじ もやし きやべつ バター 白味噌 スキムミルク 豆腐 鮎 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 おいもフライ おにぎりせんべい	牛乳 さつまいも 油 塩 ☆ ☆ ☆	539 28.0	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬめいかい・ミルキーQueenです♪
11	水	ささみチーズカツ コンソメスープ	鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 ベーコン 白菜 人参 じゃがいも マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 バタークッキー お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	510 23.1	☆つくし組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪ ☆ひよこ組☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
12	木	きつねうどん おからサラダ 小魚フィッシュ 夕焼けライス	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ しょう油 酢 小魚フィッシュ	牛乳 ばりんこ たべっこどうぶつ	牛乳 ☆ ☆ ☆	375 20.2	☆ひまわり組☆びわ湖こどもの国遠足♪ ☆つくし組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
13	金	高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにゃく さつま揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ルヴァン ぼたぼた焼き	牛乳 ☆ ☆ ☆	467 26.5	
14	土	野菜あんかけ丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 ゼリー	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	375 16.8	家庭保育協力日
16	月	きのこのスパゲティ パンブキンサラダ ブルーン ごはん	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ ブルーン	牛乳 若菜おむすび きな粉せんべい	牛乳 菜 ねぎなみお菜 ☆ ☆ ☆	514 20.3	☆ひまわり組☆ びわ湖こどもの国遠足♪
17	火	鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁 パン / 旗つきハンバーグ マカロニサラダ	鶏肉 生姜 しょう油 片栗粉 玉葱 人参 ビーマン しめじ バイナツプル 砂糖 しょう油 酢 ケチャップ 片栗粉 油 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ソフトせんべい ブリッツ(サラダ味)	牛乳 ☆ ☆ ☆	504 23.4	☆たんぽぽ組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪
18	水	誕生会 コンソメスープ / チーズ	パン / 鶏肉 豚肉 玉葱 パン粉 鶏白 けチャップ 砂糖 ウスターソース マカロニ さやうり ハム ツナ コーン マヨネーズ じゃがいも 玉葱 人参 しめじ 白菜 ベーコン コーン ベースト コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 / チーズ	ジュース お楽しみ袋菓子	りんごジュース アンパンマンキャラクターコーン	597 17.9	
19	木	秋野菜カレー 野菜サラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ カレールウ スキムミルク コンソメ ブイヨン きやべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき コールスロードレッシング 牛乳 野菜ジュース	うさぎ組)牛乳 バナナ えび小丸	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	498 17	☆こっこクラブ ランチタイム☆
20	金	栗ごはん 切り干し大根の煮物 鮎と若布の味噌汁	米 栗 人参 塩 砂糖 切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮎 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 源氏パイ ぼんち揚げ	牛乳 ☆ ☆ ☆	381 16.1	☆たんぽぽ組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪ ☆ひよこ組☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
21	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生姜 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	462 16.1	家庭保育協力日
23	月	きつねうどん おからサラダ 小魚フィッシュ ごはん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ しょう油 酢 小魚フィッシュ	牛乳 ばりんこ たべっこどうぶつ	牛乳 ☆ ☆ ☆	375 20.2	☆ひまわり組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
24	火	いわしのかば焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきとたまごのすまし汁	米 鰯 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 アメリカンドッグ じゃこ気分	牛乳 ☆ ☆ ☆	606 31.1	☆つくし組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
25	水	ハヤシライス フレンチサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	米 牛肉 玉葱 人参 じゃがいも マッシュルーム グリーンピース コンソメ ブイヨン ハヤシライス きやべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 牛乳 野菜ジュース	ヨーグルト 無限海老	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	562 21.0	☆つくし組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
26	木	鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と若布のすまし汁 ごはん	米 鮭 玉葱 人参 しめじ もやし きやべつ バター 白味噌 スキムミルク 豆腐 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 おにぎりせんべい エントリー	牛乳 ☆ ☆ ☆	507 28.0	☆ひまわり組、つくし組 おむすび大会
27	金	鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁	米 鶏肉 生姜 しょう油 片栗粉 玉葱 人参 ビーマン しめじ バイナツプル 砂糖 しょう油 酢 ケチャップ 片栗粉 油 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 シュガートースト 星食べよ	牛乳 ☆ ☆ ☆	562 26.3	
28	土	野菜あんかけ丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 ゼリー	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	375 16.8	家庭保育協力日
30	月	若布うどん ほうれん草のサラダ かりかり魚	うどん 若布 玉葱 人参 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 ほうれん草 きやべつ ブロッコリー 人参 しめじ ベーコン しょう油 砂糖 酢 ササガ油 煮干し 油	牛乳 ホームパイ えび満月 うさぎ組)牛乳 パンブキンケーキ ブリッツ(サラダ味)	牛乳 ☆ ☆ ☆ 牛乳 ☆ ☆ ☆	357 19.8	☆ひまわり組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
31	火	秋野菜カレー 野菜サラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ カレールウ スキムミルク コンソメ ブイヨン きやべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき コールスロードレッシング 牛乳 野菜ジュース	牛乳 パンブキンケーキ ブリッツ(サラダ味)	牛乳 ホットケーキmix かぼちゃ 砂糖 生クリーム 水 ☆ ☆ ☆	516 17.9	サンプルはたんぽぽ組(3歳児)の分量です。うさぎ組はそれより少なめ、つくし・ひまわり組はそれより多めです。質問などは担任にお聞きください。



令和5年10月献立表(ふつう食 19ヵ月～) 棚辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
2	月	夕焼けライス 高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁 栗ごはん	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにゃく きつぽ揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし 米 栗 みりん 塩 砂糖	牛乳 フライドポテト 白い風船	牛乳 じゃがいも 塩 ☆ ☆ ☆	348 19.6	
3	火	いわしのかば焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきとかまぼこのすまし汁	鮭 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ココナッツサブレ ルヴァン	牛乳 ☆ ☆ ☆	424 19.6	☆うさぎ組クッキング☆お部屋でりんごのペーパーカステラを作って食べます♪ ☆たんぽぽ組クッキング☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
4	水	ハヤシライス フレンチサラダ 野菜ジュース	米 牛肉 玉葱 人参 じゃがいも マッシュルーム グリーンピース コンソメ ブイヨン ハヤシルー きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	ヨーグルト 無限海老	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	360 12.2	今月のこの地域の旬(たくさん出回り おいしく食べられる食材)は 鮭・さつまいも・栗・しめじ・えのき です。 給食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
5	木	きのこのスパゲティ パンパンサラダ りんごゼリー ごはん	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ りんごジュース セラチン 砂糖	牛乳 きな粉せんべい 星食べよ	牛乳 ☆ ☆ ☆	316 13.6	
6	金	切り干し大根の煮物 鮭と若布の味噌汁	米 切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮭 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 源氏パイ お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	271 10.5	
7	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生姜 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	376 12.7	家庭保育協力日
9	月	休園(スポーツの日)					毎日朝のおやつ(10時頃)に牛乳があります♪
10	火	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と鮎のすまし汁	米 鮭 塩 味噌 人参 しめじ もやし きゃべつ バター 白味噌 スキムミルク 豆腐 鮭 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 おいもフライ おにぎりせんべい	牛乳 さつまいも 油 塩 ☆ ☆ ☆	358 18.3	☆今月のお米☆ 小杉農園の きぬひかり・ミルキークイーン です♪
11	水	ささみチーズカツ コンソメスープ	鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 ベーコン 白菜 人参 じゃがいも マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 バタークッキー お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	366 17.6	☆つくし1組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪ ☆ひよこ1組☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
12	木	きつねうどん おからサラダ バナナ 夕焼けライス	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ しょう油 酢 バナナ	牛乳 ぱりんこ たべっこどうぶつ	牛乳 ☆ ☆ ☆	273 9.8	☆ひまわり2組☆びわ湖こどもの国遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
13	金	高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにゃく きつぽ揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 ルヴァン ぼたぼた焼き	牛乳 ☆ ☆ ☆	345 19.8	
14	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース セラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	286 7.7	家庭保育協力日
16	月	きのこのスパゲティ パンパンサラダ バナナ ごはん	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ バナナ	牛乳 若菜おむすび きな粉せんべい	牛乳 米 根ゼミ若菜 ☆ ☆ ☆	366 14.5	☆ひまわり1組☆ びわ湖こどもの国遠足♪
17	火	鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁 パン / ハンパナ マカロニサラダ	鶏肉 生姜 しょう油 酒 片栗粉 酢 玉葱 人参 ビーコン しめじ バイナツアル 砂糖 しょう油 酢 クチャップ 片栗粉 酢 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし パン / 鶏肉 豚肉 玉葱 卵白 クチャップ 砂糖 ウスターソース マカロニ きゅうり ハム ツナ コーン マヨネーズ	牛乳 ソフトせんべい ブリッツ(サラダ味)	牛乳 ☆ ☆ ☆	397 18.0	☆たんぽぽ2組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪
18	水	コンソメスープ / チーズ	コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 / チーズ	ジュース 秋のお楽しみプリン	りんごジュース プリンミックス 栗 砂糖 ホイップクリーム	441 13.4	
19	木	秋野菜カレー 野菜サラダ 野菜ジュース 栗ごはん	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 りんご バナナ はちみつ カレールウ スキムミルク コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき コルメロードレッシング 野菜ジュース	牛乳 バナナ 海老しお焼き	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	340 11.0	☆こっこクラブ ランチタイム☆
20	金	切り干し大根の煮物 鮭と若布の味噌汁	米 栗 みりん 塩 砂糖 切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮭 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 源氏パイ お野菜せんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	285 10.8	☆たんぽぽ1組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪ ☆ひよこ2組☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
21	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生姜 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	376 12.7	家庭保育協力日
23	月	きつねうどん おからサラダ バナナ ごはん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ しょう油 酢 バナナ	牛乳 ぱりんこ たべっこどうぶつ	牛乳 ☆ ☆ ☆	273 9.8	☆ひまわり1組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
24	火	いわしのかば焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきとかまぼこのすまし汁	米 鮭 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 アメリカンドッグ ソフトせんべい	牛乳 ☆ ☆ ☆	392 20.1	☆つくし1組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
25	水	ハヤシライス フレンチサラダ 野菜ジュース ごはん	米 牛肉 玉葱 人参 じゃがいも マッシュルーム グリーンピース コンソメ ブイヨン ハヤシルー きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	ヨーグルト 無限海老	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	360 12.2	☆つくし2組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
26	木	鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と鮎のすまし汁 ごはん	鮭 塩 味噌 人参 しめじ もやし きゃべつ バター 白味噌 スキムミルク 豆腐 鮭 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 おにぎりせんべい エントリー	牛乳 ☆ ☆ ☆	327 18.2	☆ひまわり組、つくし組 おむすび大会
27	金	鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁	鶏肉 生姜 しょう油 酒 片栗粉 酢 玉葱 人参 ビーコン しめじ バイナツアル 砂糖 しょう油 酢 クチャップ 片栗粉 酢 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし	牛乳 シュガートースト 星食べよ	牛乳 ☆ ☆ ☆	421 18.7	
28	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース セラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	286 7.7	家庭保育協力日
30	月	若布うどん ほうれん草のサラダ チーズ	うどん 若布 玉葱 人参 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 ほうれん草 きゃべつ ブロッコリー 人参 しめじ ベーコン しょう油 砂糖 酢 サラダ油 チーズ	牛乳 ホームパイ えび満月	牛乳 ☆ ☆ ☆	255 9.1	☆ひまわり2組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
31	火	秋野菜カレー 野菜サラダ 野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 りんご バナナ はちみつ カレールウ スキムミルク コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき コルメロードレッシング 野菜ジュース	牛乳 パンブキケーキ ブリッツ(サラダ味)	牛乳 ホットケーキミックス かぼちゃの砂糖 生クリーム 水 ☆ ☆ ☆	356 11.9	サンプルはベランダにおいてあります。ひよこ組(1歳児)の分量です。質問等は担任にお聞きください。

令和5年10月献立表(離乳の完了期 12~18ヵ月)

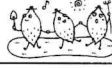
棚辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考	
2	月	夕焼けライス 高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁 栗ごはん	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにゃく さつま揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 フライドポテト 白い風船	牛乳 じゃがいも 塩 ☆ ☆ ☆		
3	火	いわしのかば焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきとかまぼこのすまし汁	米 菜のみりん 塩 砂糖 鯛 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 若布おむすび ルヴァン	牛乳 菜 混ぜ込み若布 ☆ ☆ ☆	☆うさぎ組クッキング☆お部屋でりんごのピーカステラを作って食べます♪ ☆たんぽぽ組クッキング☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪	
4 運動会 予備日	水	ハヤシライス フレンチサラダ 野菜ジュース	米 牛肉 玉葱 人参 じゃがいも マッシュルーム グリーンピース コンソメ ブイヨン ハヤシルー きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	ヨーグルト ソフトせんべい	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	今月のこの地域の旬(たくさん出回りおいしく食べられる食材)は鮭・さつまいも・栗・しめじ・えのきです。 給食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪	
5	木	きのこのスパゲティ パンブキンサラダ りんごゼリー	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ りんごジュース セラチン 砂糖	牛乳 バナナ きな粉せんべい	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆		
6	金	切り干し大根の煮物 鮎と若布の味噌汁	米 切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮎 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 お子様サンド お野菜せんべい	牛乳 お子様せんべい ツナ マヨネーズ ☆ ☆ ☆		
7	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生薬 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日	
9	月	休 園 (スポーツの日)					毎日朝のおやつ(10時頃)に牛乳があります♪
10	火	軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と鮎のすまし汁	米 鮭 塩 人参 しめじ もやし きゃべつ バター 白味噌 スキムミルク 豆腐 鮎 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 おひもフライ マンナビスケット	牛乳 さつまいも 油 塩 ☆ ☆ ☆	☆今月のおみ☆ 小杉農園のきぬひかり・ミルキーQueenです♪	
11	水	ささみチーズカツ コンソメスープ	鶏ささみ ナチュラルチーズ パン粉 小麦粉 油 ベーコン 白菜 人参 じゃがいも マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	牛乳 プリン	牛乳 プリンミックス ☆ ☆ ☆	☆つくし1組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪ ☆ひよこ1組☆お部屋でミックスジュースを作ってくださいね♪	
12	木	きつねうどん おからサラダ バナナ	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ しょう油 酢 バナナ	牛乳 おひもスティック	牛乳 さつまいも ☆ ☆ ☆	☆ひまわり2組☆びわ湖こどもの国遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪	
13	金	夕焼けライス 高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにゃく さつま揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 ジャムサンド ルヴァン	牛乳 サンドパン いちごジャム ☆ ☆ ☆		
14	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース セラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日	
16	月	きのこのスパゲティ パンブキンサラダ バナナ	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ バナナ	牛乳 若菜おむすび きな粉せんべい	牛乳 菜 混ぜ込み若菜 ☆ ☆ ☆	☆ひまわり1組☆ びわ湖こどもの国遠足♪	
17	火	軟飯 鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁 パン / パンパーグ マカロニサラダ	米 鶏肉 生薬 しょう油 片栗粉 油 玉葱 人参 ビーマン しめじ パインナップ 砂糖 しょう油 酢 ケチャップ 片栗粉 油 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 きな粉トースト ソフトせんべい	牛乳 バナナ きな粉 砂糖 ケチャップ ☆ ☆ ☆	☆たんぽぽ2組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪	
18 誕生会	水	マカロニサラダ コンソメスープ / チーズ	パン / 鶏肉 豚肉 玉葱 パン粉 卵白 ケチャップ 砂糖 ウスターソース マカロニ きゅうり ハム ツナ コーン マヨネーズ じゃがいも 玉葱 人参 しめじ 白菜 ベーコン コーン ケンパースト コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 / チーズ	ジュース ひよこ組)秋のお楽しみプリン たまご組)秋のお楽しみパフェ	りんごジュース プリンミックス プリンミックス 卵 牛乳 あんこ 栗 砂糖 ホイップクリーム ☆ ☆ ☆		
19	木	秋野菜カレー 野菜サラダ 野菜ジュース 栗ごはん	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ カレールク スキムミルク コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき コールスロードレッシング 野菜ジュース	牛乳 バナナ 海老しお焼き	牛乳 バナナ ☆ ☆ ☆	☆こっこクラブ ランチタイム☆	
20	金	切り干し大根の煮物 鮎と若布の味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 しめじ 油揚げ こんにゃく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮎 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 お子様サンド お野菜せんべい	牛乳 お子様せんべい ツナ マヨネーズ ☆ ☆ ☆	☆たんぽぽ1組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪ ☆ひよこ2組☆お部屋でミックスジュースを作ってくださいね♪	
21	土	中華丼 チーズ	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生薬 片栗粉 チーズ	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日	
23	月	きつねうどん おからサラダ バナナ	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ しょう油 酢 バナナ	牛乳 おひもスティック	牛乳 さつまいも ☆ ☆ ☆	☆ひまわり1組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪	
24	火	軟飯 いわしのかば焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきとかまぼこのすまし汁	米 鯛 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 アメリカンドッグ ルヴァン	牛乳 ☆ ☆ ☆	☆つくし1組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪	
25	水	ハヤシライス フレンチサラダ 野菜ジュース	米 牛肉 玉葱 人参 じゃがいも マッシュルーム グリーンピース コンソメ ブイヨン ハヤシルー きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 野菜ジュース	ヨーグルト ソフトせんべい	ヨーグルト 砂糖 ☆ ☆ ☆	☆つくし2組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪	
26	木	軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と鮎のすまし汁	米 鮭 塩 人参 しめじ もやし きゃべつ バター 白味噌 スキムミルク 豆腐 鮎 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 グレーゼリー	牛乳 グレープフルーツ セラチン 砂糖 ☆ ☆ ☆		
27	金	軟飯 鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁	米 鶏肉 生薬 しょう油 片栗粉 油 玉葱 人参 ビーマン しめじ パインナップ 砂糖 しょう油 酢 ケチャップ 片栗粉 油 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばふし	牛乳 シュガートースト マンナウエハース	牛乳 バナナ 卵 卵白 グラニュー糖 ☆ ☆ ☆		
28	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース セラチン 砂糖	ジュース お菓子	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日	
30	月	若布うどん ほうれん草のサラダ チーズ	うどん 若布 玉葱 人参 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 ほうれん草 きゃべつ ブロッコリー 人参 しめじ マヨネーズ しょう油 酢 ケチャップ チーズ	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ロールパン 卵 牛乳 砂糖 ケーキシロップ ☆ ☆ ☆	☆ひまわり2組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪	
31	火	秋野菜カレー 野菜サラダ 野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 りんご パナナ はちみつ カレールク スキムミルク コンソメ ブイヨン きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン ひじき コールスロードレッシング 野菜ジュース	牛乳 パンブキンケーキ ソフトせんべい	牛乳 ホットケーキミックス かぼちゃ 砂糖 生クリーム 水 ☆ ☆ ☆	サンプルはペランダ(ひよこ組)またはお部屋(たまご組)においてあります。是非、見てくださいね♪ 	

令和5年10月献立表（離乳後期 10・11か月） 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
2	月	軟飯 ブロッコリーと人参の煮物 チンゲン菜のスープ	米 ブロッコリー 人参 ささみ 昆布 しょう油 チンゲン菜 煮干し しょう油	ミルク じゃがいものマッシュ	粉ミルク じゃがいも 玉葱 昆布	
3	火	軟飯 鱈(すずき)と小松菜の煮物 さつまいものスープ	米 鱈 小松菜 玉葱 昆布 しょう油 さつまいも 昆布 しょう油	ミルク りんごヨーグルト	粉ミルク りんご ヨーグルト	☆うさぎ組クッキング☆お部屋でりんごのベ ビーカステラを作って食べます♪ ☆たんぼ組クッキング☆お部屋でミックス ジュースを作って飲みます♪
4	水	軟飯 かぼちゃとピーマンの煮物 茄子のスープ	米 かぼちゃ ピーマン ささみ 昆布 しょう油 茄子 煮干し しょう油	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参 昆布	今月のこの地域の旬(たくさん出回りお いしく食べられる食材)は 鮭・さつまい も・栗・しめじ・えのき です。離乳食のメ ニューにも取り入れているので、何が 入っているか探してみてくださいね♪
5	木	軟飯 鯛とブロッコリーの煮物 玉葱と小松菜のスープ	米 鯛 ブロッコリー 昆布 しょう油 玉葱 小松菜 昆布 しょう油	ミルク かぼちゃのマッシュ	粉ミルク かぼちゃ 昆布	
6	金	軟飯 白菜と人参の煮物 じゃがいもの味噌汁	米 白菜 人参 ささみ 昆布 しょう油 じゃがいも 昆布 合わせ味噌	ミルク きな粉がゆ	粉ミルク 米 きな粉	毎日朝のおやつ(9時半頃)に ミルクがあります♪
7	土	軟飯 かぼちゃときゃべつの煮物	米 かぼちゃ きゃべつ ブロッコリー ささみ 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
9	月	休 園 (スポーツの日)				
10	火	軟飯 人参と白菜の煮物 玉葱のスープ	米 人参 白菜 ささみ 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク きな粉 ヨーグルト	☆今月のお米☆ 小杉農園の きぬひかり・ ミルクQueen です♪
11	水	軟飯 さつまいもと鱈(すずき)の煮物 きゃべつの味噌汁	米 さつまいも ブロッコリー 鱈 昆布 しょう油 きゃべつ 昆布 合わせ味噌	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参 昆布	☆つくし組クッキング☆お部屋でりんごの ホットケーキを作って食べます♪ ☆ひよこ組☆お部屋でミックスジュースを 作って飲みます♪
12	木	軟飯 ささみとかぼちゃの煮物 人参のスープ	米 ささみ かぼちゃ 白菜 昆布 しょう油 人参 煮干し しょう油	ミルク りんごのコンポート	粉ミルク りんご	☆ひまわり2組☆びわ湖こどもの国遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆お部屋でりんごのホットケ ーキを作って食べます♪
13	金	軟飯 カレイとチンゲン菜の煮物 玉葱のスープ	米 カレイ チンゲン菜 茄子 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク さつまいもスティック	粉ミルク さつまいも	
14	土	軟飯 じゃがいもと白菜の煮物	米 じゃがいも 白菜 人参 ささみ 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
16	月	軟飯 ブロッコリーと人参の煮物 チンゲン菜のスープ	米 ブロッコリー 人参 ささみ 昆布 しょう油 チンゲン菜 煮干し しょう油	ミルク じゃがいものマッシュ	粉ミルク じゃがいも 玉葱 昆布	☆ひまわり1組☆ びわ湖こどもの国遠足♪
17	火	軟飯 鱈(すずき)と小松菜の煮物 さつまいものスープ	米 鱈 小松菜 玉葱 昆布 しょう油 さつまいも 昆布 しょう油	ミルク りんごヨーグルト	粉ミルク りんご ヨーグルト	☆たんぼ2組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪
18	水	軟飯 カラフル炒り豆腐 オニオンスープ	米 豆腐 ささみ ピーマン 人参 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク さつまいものマッシュ キャロットソース添え	粉ミルク さつまいも 人参 片栗粉	
19	木	軟飯 鯛とブロッコリーの煮物 玉葱と小松菜のスープ	米 鯛 ブロッコリー 昆布 しょう油 玉葱 小松菜 昆布 しょう油	ミルク かぼちゃのマッシュ	粉ミルク かぼちゃ 昆布	☆こっこクラブ ランチタイム☆
20	金	軟飯 白菜と人参の煮物 じゃがいもの味噌汁	米 白菜 人参 ささみ 昆布 しょう油 じゃがいも 昆布 合わせ味噌	ミルク きな粉がゆ	粉ミルク 米 きな粉	☆たんぼ1組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪ ☆ひよこ2組☆お部屋でミックスジュースを 作って飲みます♪
21	土	軟飯 かぼちゃときゃべつの煮物	米 かぼちゃ きゃべつ ブロッコリー ささみ 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
23	月	軟飯 鮭とじゃがいもの煮物 小松菜のスープ	米 鮭 じゃがいも ほうれん草 昆布 しょう油 小松菜 煮干し しょう油	ミルク ミルクパンがゆ	粉ミルク サンドパン 粉ミルク	☆ひまわり1組クッキング☆お部屋でりんごの ホットケーキを作って食べます♪
24	火	軟飯 かぼちゃとピーマンの煮物 茄子のスープ	米 かぼちゃ ピーマン ささみ 昆布 しょう油 茄子 煮干し しょう油	ミルク 茹で人参のスティック	粉ミルク 人参 昆布	☆つくし1組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
25	水	軟飯 さつまいもと鱈(すずき)の煮物 きゃべつの味噌汁	米 さつまいも ブロッコリー 鱈 昆布 しょう油 きゃべつ 昆布 合わせ味噌	ミルク じゃがいものマッシュ	粉ミルク じゃがいも 玉葱 昆布	☆つくし2組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
26	木	軟飯 ささみとかぼちゃの煮物 人参のスープ	米 ささみ かぼちゃ 白菜 昆布 しょう油 人参 煮干し しょう油	ミルク りんごのコンポート	粉ミルク りんご	 ひまわり組、つくし組 おむすび大会 
27	金	軟飯 カレイとチンゲン菜の煮物 玉葱のスープ	米 カレイ チンゲン菜 茄子 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク さつまいもスティック	粉ミルク さつまいも	
28	土	軟飯 じゃがいもと白菜の煮物	米 じゃがいも 白菜 人参 ささみ 昆布 しょう油	ミルク お菓子	粉ミルク ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
30	月	軟飯 人参と白菜の煮物 玉葱のスープ	米 人参 白菜 ささみ 昆布 しょう油 玉葱 昆布 しょう油	ミルク きな粉ヨーグルト	粉ミルク きな粉 ヨーグルト	☆ひまわり2組クッキング☆お部屋でりんごの ホットケーキを作って食べます♪
31	火	軟飯 鮭とじゃがいもの煮物 小松菜のスープ	米 鮭 じゃがいも ほうれん草 昆布 しょう油 小松菜 煮干し しょう油	ミルク ミルクパンがゆ	粉ミルク サンドパン 粉ミルク	サンプルは毎日お部屋に おいてあります。 ぜひ、みてくださいね。 
						

令和5年10月献立表（離乳中期 7～9か月） 栞辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
2	月	おかゆ ブロッコリーと人参の煮物 チンゲン菜のスープ	米 ブロッコリー 人参 ささみ 昆布 チンゲン菜 昆布	ミルク	粉ミルク	
3	火	おかゆ 鮭(すずき)と小松菜の煮物 さつまいものスープ	米 鮭 小松菜 玉葱 昆布 さつまいも 昆布	ミルク	粉ミルク	☆うさぎ組クッキング☆お部屋でりんごのベ ビーカステラを作って食べます♪ ☆たんぽぽ組クッキング☆お部屋でミックス ジュースを作って飲みます♪
4	水	おかゆ かぼちゃとピーマンの煮物 茄子のスープ	米 かぼちゃ ピーマン ささみ 昆布 茄子 昆布	ミルク	粉ミルク	今月のこの地域の旬(たくさん出回りお いしく食べられる食材)は鮭・さつまい も・栗・しめじ・えのきです。離乳食のメ ニューにも取り入れているので、何が 入っているか探してみてくださいね♪
5	木	おかゆ 鯛とブロッコリーの煮物 玉葱と小松菜のスープ	米 鯛 ブロッコリー 昆布 玉葱 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	
6	金	おかゆ 白菜と人参の煮物 じゃがいものスープ	米 白菜 人参 ささみ 昆布 じゃがいも 昆布	ミルク	粉ミルク	毎日朝のおやつ(9時半頃)に ミルクがあります♪
7	土	おかゆ かぼちゃときゃべつ煮物	米 かぼちゃ きゃべつ ブロッコリー ささみ 昆布	ミルク	粉ミルク	家庭保育協力日
9	月	休 園（スポーツの日） 				
10	火	おかゆ 人参と白菜の煮物 玉葱のスープ	米 人参 白菜 ささみ 昆布 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキーQueenです♪
11	水	おかゆ さつまいもと鮭(すずき)の煮物 きゃべつのスープ	米 さつまいも ブロッコリー 鮭 昆布 きゃべつ 昆布	ミルク	粉ミルク	☆つくし組クッキング☆お部屋でりんごの ホットケーキを作って食べます♪ ☆ひよこ組☆お部屋でミックスジュースを 作って飲みます♪
12	木	おかゆ ささみとかぼちゃの煮物 人参のスープ	米 ささみ かぼちゃ 白菜 昆布 人参 昆布	ミルク	粉ミルク	☆ひまわり2組☆びわ湖こどもの園遠足♪ ☆つくし2組クッキング☆お部屋でりんごのホット ケーキを作って食べます♪
13	金	おかゆ カレイとチンゲン菜の煮物 玉葱のスープ	米 カレイ チンゲン菜 茄子 昆布 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	
14	土	おかゆ じゃがいもと白菜の煮物	米 じゃがいも 白菜 人参 ささみ 昆布	ミルク	粉ミルク	家庭保育協力日
16	月	おかゆ ブロッコリーと人参の煮物 チンゲン菜のスープ	米 ブロッコリー 人参 ささみ 昆布 チンゲン菜 昆布	ミルク	粉ミルク	☆ひまわり1組☆ びわ湖こどもの園遠足♪
17	火	おかゆ 鮭(すずき)と小松菜の煮物 さつまいものスープ	米 鮭 小松菜 玉葱 昆布 さつまいも 昆布	ミルク	粉ミルク	☆たんぽぽ2組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪
18	水	おかゆ カラフル炒り豆腐 オニオンスープ	米 豆腐 ささみ ピーマン 人参 昆布 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	
19	木	おかゆ 鯛とブロッコリーの煮物 玉葱と小松菜のスープ	米 鯛 ブロッコリー 昆布 玉葱 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	☆こっこクラブ ランチタイム☆
20	金	おかゆ 白菜と人参の煮物 じゃがいものスープ	米 白菜 人参 ささみ 昆布 じゃがいも 昆布	ミルク	粉ミルク	☆たんぽぽ1組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪ ☆ひよこ2組☆お部屋でミックスジュースを 作って飲みます♪
21	土	おかゆ かぼちゃときゃべつ煮物	米 かぼちゃ きゃべつ ブロッコリー ささみ 昆布	ミルク	粉ミルク	家庭保育協力日
23	月	おかゆ 鮭とじゃがいもの煮物 小松菜のスープ	米 鮭 じゃがいも ほうれん草 昆布 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	☆ひまわり1組クッキング☆お部屋でりんご のホットケーキを作って食べます♪
24	火	おかゆ かぼちゃとピーマンの煮物 茄子のスープ	米 かぼちゃ ピーマン ささみ 昆布 茄子 昆布	ミルク	粉ミルク	☆つくし1組☆ 八潮野外保育センター遠足♪
25	水	おかゆ さつまいもと鮭(すずき)の煮物 きゃべつのスープ	米 さつまいも ブロッコリー 鮭 昆布 きゃべつ 昆布	ミルク	粉ミルク	☆つくし2組☆ 八潮野外保育センター遠足♪
26	木	おかゆ ささみとかぼちゃの煮物 人参のスープ	米 ささみ かぼちゃ 白菜 昆布 人参 昆布	ミルク	粉ミルク	 ひまわり組、つくし組 おむすび大会 
27	金	おかゆ カレイとチンゲン菜の煮物 玉葱のスープ	米 カレイ チンゲン菜 茄子 昆布 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	
28	土	おかゆ じゃがいもと白菜の煮物	米 じゃがいも 白菜 人参 ささみ 昆布	ミルク	粉ミルク	家庭保育協力日
30	月	おかゆ 人参と白菜の煮物 玉葱のスープ	米 人参 白菜 ささみ 昆布 玉葱 昆布	ミルク	粉ミルク	☆ひまわり2組クッキング☆お部屋でりんご のホットケーキを作って食べます♪
31	火	おかゆ 鮭とじゃがいもの煮物 小松菜のスープ	米 鮭 じゃがいも ほうれん草 昆布 小松菜 昆布	ミルク	粉ミルク	サンプルは毎日お部屋に おいてあります。 ぜひ、みてくださいね。  

令和5年10月献立表（食物アレルギー対応食 ※卵・乳・バナナ・キウイ） 柵辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
2	月	夕焼けライス 高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにやく きつめ揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 フライドポテト きな粉せんべい	お茶 じゃがいも 塩 ☆ ☆ ☆	
3	火	果ごはん いわしのかわ焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきのすまし汁	米 菜みりん 塩 砂糖 鮭 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 若布おむすび 昆布おかき	お茶 菜 乾せ込み若布 ☆ ☆ ☆	☆うさぎ組クッキング☆お部屋でりんごのペーパーステラを作って食べます♪ ☆たんぼ組クッキング☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
4	水	ハヤシライス 野菜サラダ 幼児組)お茶 うさぎ組)野菜ジュース	米 牛肉 玉葱 人参 じゃがいも マッシュルーム グリンピース コンソメ ブイヨン ハヤシルー きゃべつ ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ お茶 野菜ジュース	お茶 茹で人参スティック じゃが芋おかき	お茶 人参 昆布 ☆ ☆ ☆	今月のこの地域の旬(たぐさん出回り おいしく食べられる食材)は 鮭 。 さつまいも・栗・しめじ・えのきのです。 給食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
5	木	きのこのスパゲティ パンプキンサラダ りんごゼリー	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ りんごジュース セラチン 砂糖	お茶 かぼちゃのマッシュ	お茶 かぼちゃ 昆布 ☆ ☆ ☆	
6	金	切り干し大根の煮物 鮎と若布の味噌汁	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにやく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮎 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 ミニハート はっぱなせんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	
7	土	中華丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生姜 片栗粉 ゼリー	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
9	月	休園(スポーツの日)				
10	火	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と鮎のすまし汁	米 鮭 塩 玉葱 人参 しめじ もやし きゃべつ 白味噌 豆腐 鮎 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 おともフライ 昆布おかき	お茶 さつまいも 油 塩 ☆ ☆ ☆	☆今月のお米☆ 小松農園のきぬひかり・ ミルキークイーンです♪
11	水	ごはん カレーの唐揚げ 野菜の味噌汁	ごはん カレー 酒 しょう油 片栗粉 油 白菜 人参 じゃがいも 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 茹で人参スティック じゃが芋おかき	お茶 人参 昆布 ☆ ☆ ☆	☆つくし組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪ ☆ひよこ組☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
12	木	きつねうどん おからサラダ ゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ しょう油 酢 ゼリー	お茶 おともスティック	お茶 さつまいも ☆ ☆ ☆	☆ひまわり2組☆びわ湖こどもの国遠足♪ ☆つくし組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
13	金	夕焼けライス 高野豆腐の煮物 ほうれん草と油揚げの味噌汁	米 人参 かつおだし 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにやく きつめ揚げ グリーンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし ほうれん草 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 ミニハート はっぱなせんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	
14	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース セラチン 砂糖	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
16	月	きのこのスパゲティ パンプキンサラダ ゼリー	スパゲティ しめじ えのき マッシュルーム コーン 玉葱 人参 白菜 豚肉 コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ ゼリー	お茶 若菜おむすび きな粉せんべい	お茶 菜 乾せ込み若菜 ☆ ☆ ☆	☆ひまわり1組☆ びわ湖こどもの国遠足♪
17	火	ごはん 鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁	米 鶏肉 生姜 しょう油 酒 片栗粉 油 玉葱 人参 ピーマン しめじ バイナツプル 砂糖 しょう油 酢 ケチャップ 片栗粉 油 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 ソフトせんべい はっぱなせんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	☆たんぼ組2組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪
18	水	ごはん / 鶏の照り焼き マカロニサラダ 野菜の味噌汁 / ゼリー	米 / 鶏肉 砂糖 みりん 酒 しょう油 マカロニ きゃうり ツナ コーン マヨドレ じゃがいも 玉葱 人参 しめじ 白菜 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし / ゼリー	ジュース 本館)たべっこBaby アネックス)お楽しみグレープゼリー	りんごジュース ☆ ☆ ☆	
19	木	秋野菜カレー 野菜サラダ 幼児組)お茶 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 はちみつ カレールウ きゃべつ ブロッコリー ツナ コーン ひじき マヨドレ お茶 野菜ジュース	お茶 かぼちゃのマッシュ	お茶 かぼちゃ 昆布 ☆ ☆ ☆	☆こっこクラブ ランチタイム☆
20	金	果ごはん 切り干し大根の煮物 鮎と若布の味噌汁	米 菜みりん 塩 砂糖 切り干し大根 豚肉 人参 しめじ 油揚げ こんにやく ひじき グリーンピース かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 鮎 若布 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 じゃが芋おかき 昆布おかき	お茶 ☆ ☆ ☆	☆たんぼ組1組☆ 宝が池公園 子どもの楽園遠足♪ ☆ひよこ組☆お部屋でミックスジュースを作って飲みます♪
21	土	中華丼 ゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 小松菜 えび コーン 中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生姜 片栗粉 ゼリー	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
23	月	きつねうどん おからサラダ ゼリー	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 おから ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ しょう油 酢 ゼリー	お茶 おともスティック	お茶 さつまいも ☆ ☆ ☆	☆ひまわり1組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
24	火	ごはん いわしのかわ焼き風 白菜としめじの煮浸し えのきのすまし汁	米 鮭 片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん 白菜 しめじ 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし えのき 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 茹で人参スティック きなこせんべい	お茶 人参 昆布 ☆ ☆ ☆	☆つくし組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
25	水	ハヤシライス 野菜サラダ 幼児組)お茶 うさぎ組)野菜ジュース	米 牛肉 玉葱 人参 じゃがいも マッシュルーム グリンピース コンソメ ブイヨン ハヤシルー きゃべつ ブロッコリー ツナ コーン マヨドレ お茶 野菜ジュース	お茶 じゃがいものマッシュ	お茶 じゃがいも 玉葱 昆布 ☆ ☆ ☆	☆つくし2組☆ 八瀬野外保育センター遠足♪
26	木	鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と鮎のすまし汁 ごはん	鮭 塩 玉葱 人参 しめじ もやし きゃべつ 白味噌 豆腐 鮎 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 グレープゼリー	お茶 グレープジュース セラチン 砂糖 ☆ ☆ ☆	☆ひまわり組、つくし組 おむすび大会
27	金	鶏肉の酢豚風 キャベツと油揚げの味噌汁	米 鶏肉 生姜 しょう油 酒 片栗粉 油 玉葱 人参 ピーマン しめじ バイナツプル 砂糖 しょう油 酢 ケチャップ 片栗粉 油 キャベツ 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし きばふし	お茶 さつまいもスティック	お茶 さつまいも ☆ ☆ ☆	
28	土	野菜あんかけ丼 オレンジゼリー	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 オレンジジュース セラチン 砂糖	ジュース きな粉せんべい/ソフトせんべい	りんごジュース ☆ ☆ ☆	家庭保育協力日
30	月	若布うどん ほうれん草のサラダ ゼリー	うどん 若布 玉葱 人参 豚肉 かつおだし しょう油 みりん 酒 ほうれん草 きゃべつ ブロッコリー 人参 しめじ しょう油 砂糖 酢 マヨドレ ゼリー	お茶 昆布おかき ミニハート	お茶 ☆ ☆ ☆	☆ひまわり2組クッキング☆お部屋でりんごのホットケーキを作って食べます♪
31	火	秋野菜カレー 野菜サラダ 幼児組)お茶 うさぎ組)野菜ジュース	米 豚肉 じゃがいも さつまいも なす しめじ 玉葱 人参 はちみつ カレールウ きゃべつ ブロッコリー ツナ コーン ひじき マヨドレ お茶 野菜ジュース	お茶 ソフトせんべい きな粉せんべい	お茶 ☆ ☆ ☆	