

令和6年度10月の献立表

認定こども園たちばな

※印はりす組、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食 献立	材 料 名	献立	材 料 名
1	火	ヨーグルト・麦茶	きつねうどん	ちくわの磯辺揚げ・りんご	うどん・豚肉・小松菜・人参・長葱・椎茸・油揚げ・竹輪・てんぷら粉・青のり・油・りんご	キャロットケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・人参・バター・卵・牛乳
2	水	バナナ・麦茶	ごはん	豚肉のマーマレード焼き・南瓜サラダ・煮卵・味噌汁	米・豚肉・マーマレードジャム・南瓜・胡瓜・ハム・人参・コーン・マヨ・スキムミルク・うずら卵・豆腐・なめこ	フルーチェ・せんべい	フルーチェ(いちご)・牛乳・ぼたぼたせんべい ※未満児:せんべい→野菜ハイハイせん
3	木	ビスケット・牛乳	コッペパン	鶏肉のトマトソースがけ・ひじきサラダ・チーズ・コンスープ	コッペパン・鶏肉・玉葱・ケチャップ・ひじき・胡瓜・ハム・人参・マヨ・スキムミルク・チーズ・玉ねぎ・コーン・牛乳・コンスープのもと	ポトフ・麦茶	ウインナー・キャベツ・玉葱・人参・麦茶
4	金	せんべい・麦茶	ごはん	タラのカレー風味焼き・厚揚げの煮物・中華きゅうり・さつまいもの味噌汁	米・タラのカレー風味・生揚げ・玉葱・人参・ナルト・胡瓜・さつまいも・玉葱・しめじ	クラッカーサンド・牛乳	クラッカー・クリームチーズ・イチゴジャム・牛乳 ※クラッカー・チーズ
7	月	クラッカー・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・中華サラダ・バナナ・味噌汁	米・豚肉・玉葱・生姜・春雨・胡瓜・ささみ・人参・バナナ・もやし・油揚げ	ハムチーズサンド・牛乳	ロールパン・ハム・チーズ・牛乳 ※ロールパン・棒チーズ
8	火	コーンフレーク・牛乳	ごはん	松風焼き・ブロッコリーおかか和え・煮豆・かき玉汁	米・鶏肉・人参・小ねぎ・卵・パン粉・いりごま・ブロッコリー・おかか・金時豆・玉葱・ナルト・水菜・卵	ゴリラさんの贈り物・麦茶	バナナ・りんご・オレンジ・麦茶
9	水	チーズ・麦茶	ごはん	鮭の西京焼き・炒り豆腐・スティックきゅうり・すまし汁	米・鮭西京漬け・豆腐・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・小ねぎ・胡瓜・浅漬けの素・ほうれん草・おふ	レーズン蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・レーズン・牛乳
10	木	バナナ・牛乳	食パン	メンチカツ・卵サラダ・トマト・きのこスープ	食パン・メンチカツ・油・ソース・卵・胡瓜・人参・コーン・マヨ・スキムミルク・トマト・ハム・えのき・しめじ・エリンギ	栗ごはんのおにぎり・麦茶	米・醤油・酒・塩・栗・麦茶 ※さくらごはん
11	金	グレープゼリー・麦茶	きのこカレー	豆サラダ 福神漬け・りんご	米・豚肉・玉葱・じゃが芋・人参・エリンギ・しめじ・カレールウ・キャベツ・胡瓜・大豆水煮・チーズ・人参・マヨ・スキムミルク・福神漬け・りんご	ドーナツ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・卵・バター・牛乳
12	土	10時:ビスケット、麦茶 お昼:焼きそば、ホウレン草の磯和え			3時:オレンジゼリー、せんべい、麦茶		
15	火	ビスケット・麦茶	ごはん	春巻き・マカロニサラダ・トマト・すまし汁	米・春巻き・油・マカロニ・胡瓜・ハム・人参・マヨ・スキムミルク・トマト・おふ・わかめ	ごまおさつ・牛乳	さつまいも・醤油・砂糖・みりん・ごま・牛乳
16	水	卵ボーロ・牛乳	クロワッサン	鶏肉のパン粉焼き・ツナの和え物・バター・コーン・ミネストローネ	クロワッサン・鶏肉・パン粉・パセリ・にんにく・キャベツ・胡瓜・もやし・人参・ツナ・コーン・バター・玉葱・じゃが芋・ハム・セロリ・マカロニ・トマト缶	わかめおにぎり・麦茶	米・わかめごはんもと・麦茶(梅干し)
17	木	せんべい・麦茶 誕生日会	ラーメン	しゅうまい・バナナ	ラーメン・豚肉・キャベツ・もやし・人参・コーン・豚挽肉・玉葱・生姜・シュウマイ皮・バナナ	ケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・バター・卵・ホイップ・いちごソース・牛乳 ※未満児:ホイップ・ソースなし
18	金	りんご・麦茶	ごはん	サバの文化干し・親子煮・中華きゅうり・味噌汁	米・サバの文化干し・鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・ナルト・いんげん・卵・胡瓜・大根・油揚げ	マカロニきなこ・牛乳	マカロニ・砂糖・きなこ・牛乳
19	土	10時:クラッカー、麦茶 お昼:うどん、キャベツの昆布和え			3時:りんごゼリー、せんべい、麦茶		
21	月	せんべい・麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き・中華ナムル・りんご・味噌汁	米・鶏肉・もやし・胡瓜・人参・ハム・ほうれん草・りんご・豆腐・わかめ	おふのラスク・牛乳	おふ・グラニュー糖・オリーブオイル・牛乳
22	火	クラッカー・牛乳	ごはん	マーボー豆腐・野菜のごま和え・バナナ・中華コンスープ	米・豆腐・豚肉・エビ・長葱・ニラ・にんにく・生姜・もやし・人参・ハム・いんげん・すりごま・玉葱・コーン・卵	プリン・星せんべい	牛乳・卵・グラニュー糖・生クリーム・星せんべい ※豆乳ゼリー/未満児:せんべい→野菜ハイハイせん
23	水	ビスケット・牛乳	コッペパン	ウインナー・ポークビーンズ・ブロッコリー・南瓜のポタージュ	コッペパン・ウインナー・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・水煮大豆・ケチャップ・カットトマト缶・パセリ・ブロッコリー・玉葱・南瓜ペースト・牛乳・コンスープのもと	焼きそば・麦茶	中華めん・豚肉・もやし・人参・麦茶
24	木	オレンジゼリー・麦茶	ごはん	鮭のムニエル・ツナサラダ・煮卵・豆腐のスープ	ごはん・鮭・小麦粉・油・キャベツ・胡瓜・ツナ・人参・コーン・マヨ・スキムミルク・うずら卵・豆腐・玉葱・小松菜	栗蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・栗・牛乳
25	金	りんご・麦茶	ごはん	ミートローフ・春雨サラダ・オレンジ・もやしのスープ	米・豚挽・鶏挽・玉葱・ミックスベジタブル・チーズ・パン粉・卵・ケチャップ・春雨・胡瓜・ハム・人参・オレンジ・もやし・ニラ	付け合せパン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし(うさぎ:南瓜ペースト)
26	土	10時:ビスケット、麦茶 お昼:ミートソーススパゲッティ、ブロッコリーのおかか和え			3時:バナナ、せんべい、麦茶		
28	月	クラッカー・麦茶	ごはん	豚肉の味噌焼き・キャベツの昆布和え・トマト・わかめスープ	米・豚肉・キャベツ・胡瓜・人参・塩昆布・トマト・わかめ・長葱	クロワッサン・牛乳	クロワッサン・牛乳
29	火	バナナ・牛乳	バーガーパン	ハンバーグ・和風パスタサラダ・チーズ・コンソメスープ	バーガーパン・豚挽・鶏挽・玉葱・人参・片栗粉・ケチャップ・パスタ・胡瓜・人参・ツナ・チーズ・キャベツ・玉葱	いなり寿司・麦茶	米・味付け油揚げ・麦茶 ※いなりごはん
30	水	卵ボーロ・牛乳	ごはん	鶏肉の塩から揚げ・チーズサラダ・パイン・味噌汁	米・鶏肉・生姜・にんにく・油・キャベツ・胡瓜・ハム・チーズ・人参・コーン・マヨ・スキムミルク・パイン・玉葱・ニラ	りんごゼリー・せんべい	りんごゼリー・りんご・サラダせんべい ※未満児:せんべい→野菜ハイハイせん
31	木	せんべい・麦茶	ハヤシライス	和風サラダ・オレンジ	米・豚肉・玉葱・マッシュルーム・ハヤシルウ・キャベツ・胡瓜・もやし・人参・かまぼこ・わかめ・オレンジ	ハロウィンクッキー・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・バター・砂糖・ココア・牛乳

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



10月平均栄養価

3歳未満児	エネルギー	552kcal	たんぱく質	17.5g	脂質	17.8g
	カルシウム	207mg	食塩	2.0g		
3歳以上児	エネルギー	571kcal	たんぱく質	18.8g	脂質	18.4g
	カルシウム	218mg	食塩	2.1g		