

献立予定表

令和6年 10月 つるがしま白百合幼稚園

日 (曜日)	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料	
1 (火)	15 (火)	クッキー	ごはん	ツナ入り卵焼き ひじき入り炒り豆腐 南瓜の味噌汁 牛乳	卵 玉葱 卵 人参 グリーンピース 豆腐 ひじき 人参 鶏肉 枝豆 南瓜 舞茸 油揚げ 牛乳	甘納豆蒸しパン 麦茶	薄力粉 甘納豆
2 (水)	17 (木)	せんべい	ごはん	豚肉の味噌炒め ほうれん草のなめ茸和え にゅうめん 牛乳	豚肉 玉葱 人参 ピーマン ほうれん草 人参 なめ茸 素麺 椎茸 葱 卵 牛乳	いも餅 麦茶	じゃが芋
3 (木)	18 (金)	ビスケット	パン	のり塩チキン ごぼうサラダ カレー風味スープ 牛乳	鶏肉 青のり 牛蒡 人参 胡瓜 卵 大豆 じゃが芋 じゃが芋 玉葱 じゃがいも 小麦粉 牛乳	もみじごはん 麦茶	ごはん 人参 油揚げ じゃがいも
4 (金)	22 (火)	せんべい	ごはん	厚揚げのオイスター炒め パンサンスー ワタンスープ 牛乳	厚揚げ 玉葱 人参 豚肉 椎茸 ピーマン ねぎ 春雨 胡瓜 人参 卵 じゃがいも じゃがいも油 鶏肉 葱 かつお皮 なたね油 牛乳	やみつきトースト 麦茶	食パン チーズ
5 (土)	19 (土)	せんべい	ごはん	てりまヨキ もやしのナムル 春雨スープ 牛乳	鶏肉 刻みのり マネズミ もやし 胡瓜 卵 じゃがいも じゃがいも油 卵 かつお 春雨 牛乳	スイートポテト 麦茶	さつま芋 牛乳 生クリーム バター 卵
7 (月)	23 (水)	せんべい	ごはん	キーマカレー わかめサラダ バナナ 牛乳	豚肉 鶏肉 玉葱 ミックスグリーン じゃがいも キャベツ 胡瓜 かつお じゃがいも じゃがいも油 バナナ 牛乳	ココアパイ 麦茶	パイシート ココア グラニュー糖
9 (水)	24 (木)	ビスケット	ごはん	すき焼き風煮 竹輪のオーロラソース 大根の味噌汁 牛乳	白菜 豚肉 豆腐 人参 白滝 葱 舞茸 竹輪 牛乳 マネズミ レモン果汁 大根 油揚げ 牛乳	バナナスコーン 麦茶	ホットケーキミックス バナナ バター 牛乳
	25 (金)	せんべい	麺	焼きそば ウィンナー/ポテトフライ 卵スープ 牛乳	焼きそば麺 キャベツ 豚肉 もやし 人参 ピーマン ウィンナー/じゃが芋 玉葱 かつお 卵 牛乳	のり塩ポップコーン 麦茶	ポップコーン素 青のり
10 (木)	28 (月)	せんべい	ごはん	赤魚煮付け 里芋と昆布の煮物 豆腐の味噌汁 牛乳	赤魚 里芋 人参 昆布 さつま揚げ 蒟蒻 豆腐 玉葱 かつお 牛乳	あんバターサンド 麦茶	バターロール こしあん バター
11 (金)	29 (火)	せんべい	ごはん	チキンカツ 小松菜煮浸し じゃが芋の味噌汁 牛乳	鶏肉 パン粉 小松菜 人参 舞茸 油揚げ じゃが芋 玉葱 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト バナナ みかん缶
12 (土)	26 (土)	せんべい	パン	バーベキューチキンサンド お豆のココロサラダ さつま芋ポターージュ 牛乳	バターロール 鶏肉 キャベツ ピーズ ミックス 胡瓜 人参 チーズ 卵 マネズミ さつま芋 玉葱 牛乳 牛乳	わかめごはん 麦茶	ごはん わかめごはん素 じゃがいも
16 (水)	30 (水)	ビスケット	麺	肉汁うどん 大学芋 ぶどうゼリー 牛乳	うどん 白菜 豚肉 人参 葱 舞茸 油揚げ さつま芋 じゃがいも ぶどうジュース 寒天 牛乳	しらすおにぎり 麦茶	ごはん しらす 塩麴 青のり 削り節
	31 (木)	せんべい	パン	ハンバーグ スパゲティサラダ コンソメスープ 牛乳	豚肉 玉葱 豆腐 卵 パン粉 スパゲティ 胡瓜 人参 卵 マネズミ じゃがいも 牛乳 じゃがいも 小麦粉 牛乳	かぼちゃプリン 麦茶	南瓜 卵 牛乳 ホイップクリーム
	21 (月)	せんべい	お誕生会メニュー		スパゲティ じゃがいも ほうれん草 玉葱 舞茸 しめじ 肉団子(鶏肉 玉葱) キャベツ 玉葱 人参 じゃがいも 牛乳	クッキー 麦茶	薄力粉 卵 バター
8 (火)		せんべい	お弁当の日			バナナコッタ 麦茶	牛乳 生クリーム バナナ フルーツソース

*都合により、多少献立を変更する場合があります。ご了承ください。

～お誕生会メニュー～

- ★秋の和風スパゲティ
- ★肉団子のケチャップあん
- ★コンソメスープ
- ★牛乳

今月の平均栄養摂取量	E値(kcal)	たんぱく質(g)
3歳未満児	403	14.8
3歳以上児(昼食のみ)	365	15.7
3歳以上児(昼食+午後おやつ)	472	18.1