	7年度	10 月 の 献 立		幼保連携型認定こと	
日 1	<u>献立</u> 筋肉もりもり ツナごはん	<u>(赤)血や肉になる食品</u> ツナ	<u>(緑)体の調子を整える食品</u> 人参	(寅)側く刀になる良品 電子七分つき米	<u>3時のおやつ</u> 黒糖パン
	体に良い 酢の物 味噌ラーメン	ハム 豚肉 味噌	キャベツ きゅうり えのき 玉ねぎ 白菜 もやし コーン ねぎ	砂糖 そば	黒糖・小麦粉
A	ごはん	鶏ミンチ	<u>ねさ</u> 人参 しいたけ れんこん	電子七分つき米	ベーキングパウダー ゆかりにぎり
2	ジューシー 鶏つくね	ひじき ハム	玉ねぎ きゅうり コーン	片栗粉 砂糖	,
l B	骨が強くなる ひじきサラダ 味噌汁(ほうれん草 うすあげ)	うすあげ 味噌	ほうれん草 ねぎ	マヨネーズ	ゆかり 電子七分つき米
3	さつまいもごはん	魚の切り身	キャベツ コーン	電子七分つき米	★バナナ
	風邪に負けない 魚のごま焼き 歯が強くなる コーンとわかめの和え物	わかめ味噌	人参 大根 ごぼう れんこん ねぎ	さつまいも ごま 砂糖	
金BB	力が強くなる 味噌汁(根菜)	**"		こま 炒糖	
4	ごはん	豚肉	玉ねぎ 人参 ピーマン	電子七分つき米	★玉ねぎさん太郎
土	元気になる 酢豚 栄養たっぷり 中華サラダ	ハム わかめ	しいたけ きゅうり コーン もやし ねぎ	砂糖 片栗粉 春雨	
B	わかめスープ	98			
6	運動会頑張ろう! ごはん ウインナーのフリッター	ウインナー 卵 ツナ	玉ねぎ 人参 しいたけ きゅうり ニラ	電子七分つき米 小麦粉	ジャムサンド
月 B	踊りが上手くなる 野菜のチャプチェ	味噌	南瓜のねぎ	小交切 糸こんにゃく	ジャム 食パン
	賢くなる味噌汁(南瓜)	A A 보니 A	7 0711	- ティー・ マー・ マー・ マー・ マー・ マー・ マー・ マー・ マー・ マー・ マ	* * *
7	運動会頑張ろう!ごはん 友達と頑張れる魚の味噌マヨ焼き	魚の切り身 味噌	ブロッコリー キャベツ 小松菜 しめじ	電子七分つき米 マヨネーズ	蒸し芋
火	元気な声が出る ごま和え	豆腐	人参 まいたけ 長ねぎ	ごま 砂糖	さつまいも
<u>B</u>	<u>吸い物(豆腐 まいたけ)</u> 運動会頑張ろう!ごはん	鶏ミンチ 卵	玉ねぎ 人参 ピーマン	電子七分つき米	どら焼き
8	力が付くミンチとマカロニの卵とじ	ヴィンナー・大豆	ブロッコリー エリンギ	マカロニー砂糖	1 3 B 1
水	頭が良くなる 大豆スープ		しめじ コーン 大根		小豆 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
9	■ 運動会頑張ろう!ごはん	鶏肉 チーズ	玉ねぎ 人参 ほうれん草	電子七分つき米	ポットケーキミックス ★バナナ
Ĭ.	足が速くなる 鶏肉のチーズ焼き	ベーコン	しめじ トマト	砂糖	
l B	かっこよくなる 春雨サラダ スープ(れんこん)		キャベツ きゅうり コーン れんこん パセリ	春雨	
10	運動会頑張ろう!ごはん	魚の切り身	白菜	電子七分つき米	ツナパン
. •	姿勢が良くなる 魚の味噌煮込み 運動会勝てるかも? 南瓜のそぼろ煮	味噌 鶏ミンチ	南瓜 しょうが しいたけ えのき まいたけ	砂糖 片栗粉	ツナー小麦粉ー砂糖
金 B	連動会勝くるかも?		しいたけ えのさ まいたけ 長ねぎ	刀 未忉 	ベーキングパウダー
11	元気もりもり 肉やさい丼	牛肉	玉ねぎ 人参 キャベツ	電子七分つき米	★ぼんち揚げ
+	大根サラダ味噌汁(ふ)	味噌	小松菜 しめじ 大根 きゅうり コーン	マヨネーズ ふ	★ラムネ
特					
15	ごはん 美味しい 焼きそば	豚ミンチ	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ねぎ	電子七分つき米 そば	コーンにぎり
水	気持ちが落ち着く吸い物(卵 ほうれん草)	D MY M	ほうれん草	C 18	コーン
Α	→ ı+ /	豚ロース	 玉ねぎ 人参 ピーマン	電子七分つき米	電子七分つき米 あんサンド
16	ごはん 筋肉がつく ポークチャップ	ツナ	玉ねさ 人参 しーマン しめじ キャベツ きゅうり	电子も分りされ 砂糖	めんリント
木B	タンパク質たっぷり ツナサラダ	豆腐 わかめ 味噌	コーン	マヨネーズ	小豆 食パン
17	<u>味噌汁(豆腐 わかめ)</u> ごはん	魚の切り身	大根	電子七分つき米	<u>★バナナ</u> (~~~)
	かっこよくなる 煮魚	大豆 ちくわ	人参 れんこん ごぼう	砂糖	
金BB	よく噛んで食べよう!五目豆 味噌汁(玉ねぎ さつまいも)	味噌	玉ねぎ ねぎ	こんにゃく さつまいも	J. J
18	ふんわり卵の 天津飯	型 D	玉ねぎ 人参 しいたけ レタス えのき もやし	電子七分つき米	★たべっ子どうぶつ
	春雨スープ	わかめ	レタス えのき もやし ねぎ	砂糖 片栗粉 春雨	
土特					
20	ごはん 肌が綺麗になる 南瓜のチーズ焼き	ウインナー チーズ	南瓜 玉ねぎ ブロッコリー エリンギ	電子七分つき米 里芋 マカロニ	さつまいもパン
月	トマトが好きになる ミネストローネ		大根 トマト パセリ	生士 マガロー	さつまいも 小麦粉 砂糖
Α	→ 1+ 1	魚の切り身	玉ねぎ 人参 ピーマン	電子七分つき米	ベーキングパウダー ウインナーにぎり
21	ごはん 野菜が美味しい 魚のちゃんちゃん焼き	庶の切り身 味噌	玉ねさ 人参 L― Vノ キャベツ えのき	砂糖	7177-1259
	目が良くなる ブロッコリーの和え物	ッナ うすあげ	ブロッコリー	春雨	ウインナー
В	<u>吸い物(ふ うすあげ)</u> 元気もりもり 豚丼	<u>うすあけ</u> 豚肉	玉ねぎ 人参 小松菜 えのき	<u>ふ</u> 電子七分つき米	<u>七分つき米</u> ラスク
22	豆汁	大豆	れんこん ごぼう ねぎ	糸こんにゃく	
水特					食パン バター 砂糖
23	ごはん	鶏ミンチ 厚揚げ	玉ねぎ 人参 しめじ	電子七分つき米	バナナケーキ
	骨が強くなる 厚揚げマーボー		しいたけ ニラ レタス	砂糖 片栗粉	水十十 三의 小塘
木A	みんな大好き ワンタンスープ		もやし ねぎ	ワンタンの皮	バナナ 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
24	ごはん	魚の切り身	玉ねぎ コーン	電子七分つき米	焼きうどん
	背が伸びる 魚のマヨネーズ焼き 野菜のゆかり和え	うすあげ 味噌	キャベツ 人参 小松菜 ねぎ	マヨネーズ 里芋	うどん ツナ
金 B	味噌汁(うすあげ 里芋)				もやし ねぎ
25	ごはん 和風パスタ	ウインナー ハム	しいたけ えのき しめじ キャベツ きゅうり	電子七分つき米 スパゲティー	★さやえんどう
土	ハムサラダ	ベーコン	レタス	マヨネーズ	
B	スープ(レタス) ごはん	90	 玉ねぎ 人参 ほうれん草	電子七分つき米	白玉きなこ
27	トルティージャ・エスパニョーラ	ال ال	しめじ ブロッコリー	じゃがいも 砂糖	
月 A	野菜スープ		コーン 大根 キャベツ		白玉粉 きな粉 砂糖
28	誕生会	牛肉	玉ねぎ 人参 南瓜	電子七分つき米	きな材 砂糖 チーズパン
	おめでとう!カレーライス	ひじき ツナ	キャベツ コーン	もち米	ᆂ
火持	栄養たっぷり ひじきとツナの炒め物 お祝い赤飯 お菓子 プリン	小豆			チーズ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
29	ごはん	豚肉 / / / / / / / / / / / / / / / / / / /	玉ねぎ 人参 キャベツ	電子七分つき米	ごまにぎり
7K	近田風 あんかけ焼きそば 卵たっぷりニラのスープ	卵 わかめ	白菜 小松菜 えのき ニラ もやし	そば 片栗粉	ごま
Å		(M 656 141 99 41, 18 11 MA			電子七分つき米
30	みんな大好きマーボー豆腐丼 中華スープ	豚ミンチ 豆腐	玉ねぎ 小松菜 人参 白菜 しいたけ もやし	電子七分つき米 片栗粉	ウインナーパン
木	T=^ /		人参 日来 しいたり もやしねぎ	八本伽	ウインナー 豆乳 砂糖
特		角の打り息		 電スレムヘキツ	ホットケーキミックス
31	ごはん 頭が良くなる 魚の塩焼き	魚の切り身 ツナ	キャベツ しめじ 小松菜 玉ねぎ ほうれん草 もやし	電子七分つき米 砂糖	★バナナ
金 B	姿勢が良くなる 和え物 美味しい ごまスープ	味噌	人参 ねぎ	ごま 里芋	
■ D	I 天 サヘト しい こまろーノ	i e	i e e e e e e e e e e e e e e e e e e e	Ī.	

令和	7年度 献 立	10 月 の 献 立	表 (0・1歳児) (緑) 体の調子を整える食品	幼保連携型認定こども園	近田幼稚園 3時のおやつ
1	ツナごはん	ツナ	人参	電子七分つき米	黒糖パン
水 A	和え物 味噌ラーメン	バム 豚肉 味噌	キャベツ きゅうり えのき 玉ねぎ 白菜 もやし コーン ねぎ	砂糖 そば	黒糖 小麦粉 ベーキングパウダー
2	ごはん 鶏つくね	鶏ミンチ ひじき ハム	人参 しいたけ れんこん 玉ねぎ きゅうり コーン	電子七分つき米 片栗粉 砂糖	ゆかりにぎり
木	^{病 フ} へね ひじきサラダ 味噌汁(ほうれん草 うすあげ)	うすあげ、味噌	ほうれん草 ねぎ	万米切 炒帽	ゆかり 電子七分つき米
3	さつまいもごはん	魚の切り身	キャベツ コーン	電子七分つき米	★バナナ
金	魚のごま焼き コーンとわかめの和え物 味噌汁(根菜)	わかめ 味噌	人参 大根 ごぼう れんこんねぎ	さつまいも ごま 砂糖	
4	ごはん	豚肉	玉ねぎ 人参 ピーマン	電子七分つき米	★玉ねぎさん太郎
土	豚肉の炒め物 中華サラダ 	ハム わかめ	しいたけ きゅうり コーン もやし ねぎ	砂糖 片栗粉 春雨	
6	<u>わかめスープ</u> ごはん	ウインナー	玉ねぎ 人参 しいたけ	電子七分つき米	ジャムサンド
月	焼きウインナー 野菜のチャプチェ	ツナ 味噌	きゅうり 南瓜 ねぎ	春雨	ジャム 食パン
	<u>味噌汁(南瓜)</u> ごはん	 魚の切り身	ブロッコリー	電子七分つき米	蒸し芋
7	魚の味噌煮込み ごま和え	味噌豆腐	キャベツ 小松菜 しめじ 人参 まいたけ 長ねぎ	ごま一砂糖	さつまいも
火 B	吸い物(豆腐 まいたけ)				
8	ごはん ミンチとマカロニの卵とじ	鶏ミンチ 卵 ウインナー 大豆	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー エリンギ	電子七分つき米 マカロニ 砂糖	どら焼き
水	大豆スープ		しめじ コーン 大根		小豆 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
9	ごはん	鶏肉ベーコン	玉ねぎ 人参 ほうれん草	電子七分つき米	<u> </u> ★バナナ
木	鶏肉のトマト煮 春雨サラダ		しめじ トマト キャベツ きゅうり コーン	砂糖 春雨	
<u>B</u>	スープ (れんこん) ごはん	魚の切り身	<u>れんこん</u> 白菜	電子七分つき米	ツナパン
金	魚の味噌煮込み 南瓜のそぼろ煮	味噌鶏ミンチ	南瓜 しいたけ えのき まいたけ 長ねぎ	砂糖 片栗粉	ツナー小麦粉ー砂糖
В	<u>吸い物(きのこ)</u> 肉やさい丼	 牛肉	<u>■</u> 玉ねぎ 人参 キャベツ	電子七分つき米	<u>ベーキングパウダー</u> ★ぼんち揚げ
+	大根サラダ 味噌汁(ふ)	味噌	小松菜 しめじ 大根 きゅうり コーン	\$	★ラムネ
特		豚ミンチ		電子七分つき米	コーンにぎり
15	ごはん 焼きそば	卵	もやし ねぎ	そば	·
水 A	吸い物(卵 ほうれん草)		ほうれん草		コーン 電子七分つき米
16	ごはん 豚肉の煮物	豚肉 ツナ	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ キャベツ きゅうり	電子七分つき米	あんサンド
	ツナサラダ 味噌汁(豆腐 わかめ)	豆腐 わかめ 味噌	コーン	砂糖	小豆 食パン
	ごはん	魚の切り身	大根	電子七分つき米	★バナナ
金	煮魚 五目豆	大豆 ちくわ 味噌	人参 れんこん ごぼう 玉ねぎ ねぎ	砂糖 さつまいも	
B	<u>味噌汁(玉ねぎ さつまいも)</u> 天津飯	卵	 玉ねぎ 人参 しいたけ	電子七分つき米	★ たべっ子どうぶつ
18 土	天津飯 春雨スープ	わかめ	レタス えのき もやし ねぎ	砂糖 片栗粉 春雨	
特	- *1± /				1+0+11+10
20	ごはん 蒸し南瓜 ·	ウインナー	南瓜 玉ねぎ ブロッコリー エリンギ	電子七分つき米 じゃがいも マカロニ	さつまいもパン
月 A	ミネストローネ	魚の切り身	大根 トマト パセリ		さつまいも 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
21	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き	魚の切り身は中間の	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ えのき	電子七分つき米 砂糖	ウインナーにぎり
火 B	ブロッコリーの和え物 吸い物(ふ うすあげ)	ツナ うすあげ	ブロッコリー	春雨	ウインナー 電子七分つき米
20	豚丼	豚肉	玉ねぎ 人参 小松菜 えのき	ふ 電子七分つき米	ラスク
7k	豆汁 	大豆	れんこん ごぼう ねぎ	春雨	食パン バター 砂糖
特 23	ごはん	鶏ミンチ・豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ	電子七分つき米	バナナケーキ
23 木	マーボー豆腐丼 ワンタンスープ		しいたけ レタス もやし ねぎ	砂糖 片栗粉 ワンタンの皮	バナナー豆乳ー砂糖
À		名の打り 良		電子七分つき米	ホットケーキミックス
24	ごはん 魚のケチャップ焼き	魚の切り身 うすあげ 味噌	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 小松菜	砂糖	焼きうどん
	野菜のゆかり和え <u>味噌汁(うすあげ じゃがいも)</u>		ねぎ	じゃがいも	うどん ツナ もやし ねぎ
25	ごはん 和風パスタ	ウインナー ハム	しいたけ えのき しめじ キャベツ きゅうり	電子七分つき米 スパゲティー	★さやえんどう
土	和風バスァ ハムサラダ スープ(レタス)	ベーコン	レタス	4.7	
27	ごはん	卯	玉ねぎ 人参 ほうれん草	電子七分つき米	マカロニきなこ
月	スパニッシュオムレツ 野菜スープ		しめじ ブロッコリー コーン 大根 キャベツ	じゃがいも 砂糖	マカロニ
A 28	誕生会	牛肉 .	玉ねぎ 人参 南瓜	電子七分つき米	<u>きな粉 砂糖</u> チーズパン
火	カレーライス ひじきとツナの炒め物	ひじき ツナ 小豆	キャベツ コーン	もち米	チーズ 小麦粉 砂糖
	<u>赤飯 お菓子 プリン</u> ごはん	豚肉	玉ねぎ 人参 キャベツ	電子七分つき米	<u>ベーキングパウダー</u> ごまにぎり
29 水	あんかけ焼きそば 卵スープ	卵りわかめ	百菜 小松菜 えのき もやし	そば、片栗粉	ごま
Ā	マーボー豆腐丼	豚ミンチ 豆腐	玉ねぎ 小松菜	電子七分つき米	電子七分つき米 ウインナーパン
30	中華スープ			片栗粉	ウインナー 豆乳 砂糖
木 特	- */- /	\$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$		ラフトハ っキツ	ホットケーキミックス
31	ごはん 魚の塩焼き	魚の切り身のります。	キャベツ しめじ 小松菜 玉ねぎ ほうれん草 もやし	電子七分つき米 砂糖 ごま じゃがいも	★バナナ
金 B	和え物 ごまスープ	味噌	人参ねぎ	ごま じゃがいも	
	★印のおやつけ 市販のおやつ				

^{♪ ★}印のおやつは、市販のおやつです。 ♪ 天候等により、献立、食材がやむ得ず変更になることがあります。ご了承ください。