



10月献立表



令和3年10月1日社会福祉法人三心会豊間根保育園

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ(未満児) アレルギー児対応食	献立名	アレルギー児対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児対応食
1	金	牛乳・おととと		野菜メンチカツ・コーンサラダ・トマト・ コンソメスープ・バナナ		牛乳・いちごポッキー (星たべよ)	
2	土			運動会(ご褒美おやつ)			
3	日						
4	月	牛乳・ とんがりコーン		鯖竜田揚げ(鱈竜田揚げ)・ハムサラダ・ ブロッコリーおかか和え・若布味噌汁バナナ		マスカットジョア 歌舞伎揚げ(星たべよ)	
5	火	牛乳・ ハッピーターン		鶏のバーベキューソース焼き・じゃが芋甘煮 竹輪カレー揚げ・豆腐味噌汁・バナナ		牛乳・源氏パイ	
6	水	牛乳・ハーベスト ウエハース		鮭のホイル焼き・ごぼうサラダ・ 切り干し大根煮・野菜味噌汁・りんご		牛乳★ピザトースト	
7	木	牛乳・ 動物ビスケット		麻婆豆腐・中華サラダ・トマト・若布スープ・ バナナ		牛乳 ★フレークファッチ	
8	金	牛乳・クラッカー		豚肉ごま焼き・ほうれん草ツナ和え・ 茹でブロッコリー・なめこ汁・オレンジ		牛乳★あんぱん	
9	土	ヨーグルト		タコライス・乳酸飲料・バナナ		麦茶・ばかうけ	
10	日						
11	月	牛乳・星食べよ		唐揚げごま風味・さつま芋煮・トマト・ すまし汁・バナナ		牛乳・ぼたぼた焼き	
12	火	牛乳・えびせん		鱈カレー天ぷら・大根サラダ・大豆ひじき煮・ 厚揚げ味噌汁・バナナ		牛乳★焼きそば	
13	水	牛乳・ベジたべる		チキンカレー・マカロニサラダ・ タコさんウインナー・野菜スープ・オレンジ		牛乳・チョコポッキー (塩せんべい)	
14	木	牛乳・おととと		鱈のバター醤油焼き・ポテトサラダ・ 刻み昆布煮・若布味噌汁・オレンジ		麦茶★おいなりさん	
15	金	牛乳・ばかうけ		炊込ご飯・鶏チュリップ揚げ・バリバリ サラダ・ミニフランク・若布スープ・梨	誕生会	★オレンジゼリー	
16	土	ヨーグルト		中華丼・中華スープ・バナナ		麦茶・源氏パイ	
17	日						
18	月	牛乳・ サッポロポテト		鮭のごまフライ・ハムサラダ・トマト・ 厚揚げ味噌汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳★チーズガレット	
19	火	牛乳・ハーベスト		春巻き・ツナサラダ・茹でブロッコリー・ 中華スープ・オレンジ		牛乳・ホームパイ	
20	水	牛乳・星たべよ		秋刀魚蒲焼風・スパゲッティサラダ・ 青菜の板かま和え・高野豆腐味噌汁・バナナ		牛乳 ★アメリカンドック	
21	木	牛乳・ 動物ビスケット		タンドリーチキン・春雨サラダ・ かぼちゃ煮・豆腐味噌汁・りんご		牛乳・ハッピーターン	
22	金	牛乳・クラッカー		豆腐ナゲット・大豆サラダ・ 青菜のナムル・野菜スープ・梨		牛乳 ★きな粉かりんとう	
23	土	ヨーグルト		カレーうどん・乳酸飲料・バナナ		麦茶・ウエハース	
24	日						
25	月	牛乳・ とんがりコーン		鮭のコーン焼き・春雨ソテー・彩納豆・ じゃが芋味噌汁・バナナ		牛乳 ★りんごケーキ	
26	火	牛乳・えびせん		ハンバーグ・スパゲッティ・トマト・ ポトフスープ・バナナ		牛乳 ばかうけ	
27	水	牛乳・ウエハース		ポークビーンズ・シルバーサラダ・ マカロニソテー・すまし汁・オレンジ		マスカットジョア ぼたぼた焼き	
28	木	牛乳・ サッポロポテト		チキンカツトマトソース・ビーフソテー・ 茹でブロッコリー・野菜スープ・オレンジ		★フルーツゼリー	
29	金	牛乳・ハーベスト		豚とキャベツの味噌炒め・ パンプキンサラダ・えのき味噌汁・りんご		牛乳 ★パンプキンパン	
30	土	ヨーグルト		ミートソーススパゲティ・野菜スープ・バナナ		麦茶・塩せんべい	
31	日						

10月平均摂取エネルギー(以上児:553kcal・未満児475kcal) ※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下さい。

※手作りおやつ・市販品共にアレルギーフリーの物を提供します。 ※()内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・ちくわ・かまぼこはアレルギーフリーの物を提供します。

<世界の料理と“いただきますの”のあいさつ>フランスの料理 ポトフを予定しています。 あいさつ ポナベティ

<岩手一周給食>盛岡市の福田パン風のおあんぱん予定しています。

