

現場：認定こども園 新倉幼稚園
 献立種類：3歳以上児（個別献立）
 期間：2020/10/1~2020/10/30



10月献立表



	月	火	水	木	金
屋 食				1	2
					お弁当
3 時					
昼 食	5 遠足	6	7	8	9
	お弁当	玄米ご飯115g 味噌汁(夕顔・油揚げ) なすと豚肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 春雨サラダ 牛乳(昼)	玄米ゆかりご飯(幼) うどん 薩摩平の天ぷら 無限ピーマン みかん缶 牛乳(昼)	雑炊パン コツメスープ(わかめ・ねぎ) ミーボールの甘酢あん 高野豆腐のオランダ煮 もやしの和え物 牛乳(昼)	中華丼 味噌汁(卵・舞茸) 揚げ餃子 オクラのなめたけ和え 牛乳(昼)
3 時	麦茶 いちごゼリー 雨天時 おやつ提供有 12(遠足予備日)	麦茶 苺きなこ 2 13	麦茶 ブリン 3 14	麦茶 揚げたご焼き 4 15	麦茶 パン(1/2) 5 16
昼 食					
3 時					
昼 食	19	20	21	22	23
	玄米ご飯115g 味噌汁(なす・葱) アジフライ 高野豆腐の煮物 かぼちゃのサラダ 牛乳(昼)	玄米ご飯115g 味噌汁(鮭・玉葱) 麻婆茄子 ひじきとじゃが芋の煮物 ピーマンのおかか和え 牛乳(昼)	玄米わかめご飯 醤油チヂミ 野菜炒め シュウマイ レタスの炒め みかん缶 牛乳(昼)	納豆パン シチュー 春野菜炒め ピーマンと厚揚げのソテー 大根サラダ 牛乳(昼)	玄米ご飯115g 味噌汁(あさり・葱) 鶏のから揚げ ピーマンと厚揚げのソテー 大根サラダ 牛乳(昼)
3 時	麦茶 お好み焼き 19 26	麦茶 ババロア 20 27	麦茶 青りんごゼリー 21 28	麦茶 さつまいも 22 29	麦茶 焼きそば 23 30
昼 食					
3 時					
昼 食	26	27	28	29	30
	玄米ご飯115g 味噌汁(豆腐・葱) コロッケ きんぴらごぼう 菜の花のなめたけ和え 牛乳(昼)	玄米ご飯115g すまし汁(えのき・葱) 鮎の塩焼き 切り干し大根の煮物 胡瓜の炒め 牛乳(昼)	玄米わかめご飯 ほうとう とり天 もやしの炒め バイタル缶 牛乳(昼)	ロールパン コツメスープ(たまねぎ) 豆腐ときのこのあんかけ ジャーマンポト 切り干し大根の炒め 牛乳(昼)	玄米ご飯115g かぼちゃのポテトジュ ハンバーグ フライドポテト かわらけ 牛乳(昼)
3 時	麦茶 マッシュマロリッツ 26 33	麦茶 アジフライ 27 34	麦茶 グレープフルーツゼリー 28 35	麦茶 きなこ牛乳プリン 29 36	麦茶 かぼちゃの蒸しパン 30 37



日	献立	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	
10/1	ロールパン コツメスープ 鶏肉のバーベキューソース焼き 里羊のみたらし風 ヲシロイ(卵) 牛乳(昼)	卵アレルギー 小麦アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 大豆アレルギー 牛乳アレルギー	スイートコーン(卵・大豆・小麦) しょうが(卵・大豆) さといも(卵・大豆) てんさい糖 マネー(大豆)	ロールパン(卵) てんさい糖 さといも(卵・大豆) てんさい糖 マネー(大豆)	シュー(卵・小麦) 鶏肉アレルギー 小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/2	玄米ご飯115g 味噌汁(夕顔・油揚げ) なすと豚肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 春雨サラダ 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/3	雑炊パン コツメスープ(わかめ・ねぎ) ミーボールの甘酢あん 高野豆腐のオランダ煮 もやしの和え物 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/4	雑炊パン コツメスープ(わかめ・ねぎ) ミーボールの甘酢あん 高野豆腐のオランダ煮 もやしの和え物 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/5	玄米ご飯115g 味噌汁(きゅう・椎茸) ハムカツ 里羊の煮物 法蓮草のごま和え 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/6	玄米ご飯115g 味噌汁(わかめ・ねぎ) ミーボールの甘酢あん 高野豆腐のオランダ煮 もやしの和え物 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/7	玄米ご飯115g 味噌汁(きゅう・椎茸) ハムカツ 里羊の煮物 法蓮草のごま和え 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/8	玄米ご飯115g 味噌汁(きゅう・椎茸) ハムカツ 里羊の煮物 法蓮草のごま和え 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/9	玄米ご飯115g 味噌汁(きゅう・椎茸) ハムカツ 里羊の煮物 法蓮草のごま和え 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト
10/10	玄米ご飯115g 味噌汁(きゅう・椎茸) ハムカツ 里羊の煮物 法蓮草のごま和え 牛乳(昼)	小麦アレルギー 大豆アレルギー 豚肉アレルギー 鶏肉アレルギー 牛乳アレルギー	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	なたね(大豆) なすと豚肉の味噌炒め てんさい糖 春雨サラダ マネー(大豆)	小麦アレルギー こいも(卵・大豆) 煮干し 煮干し	小麦アレルギー フラクトフルト

項目	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10
総消費カロリー	487kcal	483kcal	447kcal	458kcal	676kcal	487kcal	483kcal	447kcal	458kcal	676kcal
総消費塩分	1.2g	1.4g	1.1g	1.8g	1.3g	1.2g	1.4g	1.1g	1.8g	1.3g