令和5年度　　10　月　の　献　立　表（0・1歳児）　　幼保連携型認定こども園　近田幼稚園

| 日 | 献　立 | （赤）血や肉になる食品 | （緑）体の調子を整える食品 | （黄）働く力になる食品 | 3時のおやつ |
|---|---|---|---|---|---|
| 2<br>月<br>A | ごはん<br>焼きそば<br>味噌汁（南瓜） | 豚ミンチ<br>味噌 | 玉ねぎ　人参　キャベツ<br>もやし　ねぎ<br>南瓜　みつば | 七分つき米<br>そば | バナナケーキ<br>バナナ　砂糖　豆乳<br>ホットケーキミックス |
| 3<br>火<br>A | ごはん<br>魚の塩焼き<br>高野豆腐のシチュー | 魚の切り身<br>高野豆腐　牛乳 | 玉ねぎ　人参　コーン<br>ブロッコリー　エリンギ | 七分つき米 | マカロニきなこ<br>マカロニ<br>きな粉　砂糖 |
| 4<br>水<br>特 | 豚丼<br>豆汁 | 豚肉<br>大豆 | 玉ねぎ　人参　えのき<br>小松菜　れんこん<br>ごぼう　ねぎ | 七分つき米<br>春雨 | 肉まん<br>ミンチ　小麦粉　砂糖<br>ベーキングパウダー |
| 5<br>木<br>B | ごはん<br>鶏つくね<br>ハムサラダ<br>味噌汁（玉ねぎ　わかめ） | 鶏ミンチ<br>ハム<br>わかめ　味噌 | 人参　しいたけ　れんこん<br>キャベツ　きゅうり<br>玉ねぎ　ねぎ | 七分つき米<br>砂糖　片栗粉 | ジャムサンド<br>ジャム　食パン |
| 6<br>金<br>B | ごはん<br>煮魚<br>肉じゃが<br>味噌汁（うすあげ　小松菜） | 魚の切り身<br>牛肉<br>うすあげ　味噌 | しめじ　えのき<br>玉ねぎ　人参<br>小松菜　ねぎ | 七分つき米<br>砂糖<br>じゃがいも　春雨 | ゆかりにぎり<br>ゆかり<br>七分つき米 |
| 7<br>土<br>特 | オムライス<br>野菜スープ | 卵　ウインナー | 玉ねぎ　人参　ピーマン<br>キャベツ　しめじ<br>コーン　大根　ブロッコリー | 七分つき米<br>砂糖 | ★ゼリー |
| 11<br>水<br>B | ごはん<br>豚肉の煮物<br>コールスローサラダ<br>味噌汁（豆腐） | 豚肉<br>豆腐　味噌 | 玉ねぎ　ピーマン<br>人参　しめじ<br>キャベツ　きゅうり　コーン<br>ねぎ | 七分つき米<br>砂糖 | さつまいもケーキ<br>さつまいも　砂糖　豆乳<br>ホットケーキミックス |
| 12<br>木<br>A | ツナごはん<br>和え物<br>味噌ラーメン | ツナ<br>ハム<br>味噌 | 人参<br>キャベツ　きゅうり　えのき<br>玉ねぎ　白菜　コーン<br>もやし　ねぎ | 七分つき米<br>砂糖<br>そば | ★バナナ |
| 13<br>金<br>B | ごはん<br>魚のトマト煮<br>コーンとわかめの和え物<br>吸い物（ふ） | 魚の切り身<br>わかめ | 玉ねぎ　人参　小松菜<br>しめじ　トマト<br>キャベツ　コーン<br>みつば | 七分つき米<br>砂糖<br>ふ | おはぎ<br>もち米<br>きな粉　砂糖 |
| 14<br>土<br>特 | 他人丼<br>マカロニサラダ<br>味噌汁（きのこ） | 牛肉　卵<br>味噌 | 玉ねぎ<br>キャベツ　きゅうり<br>人参　コーン<br>しいたけ　しめじ　ねぎ | 七分つき米<br>砂糖<br>マカロニ | ★ふんわりきなこロール<br>★ミニカップゼリー |
| 16<br>月<br>A | ごはん<br>スパニッシュオムレツ<br>コンソメスープ | 卵<br>ベーコン | 玉ねぎ　人参　ほうれん草<br>しめじ　ブロッコリー<br>コーン　大根 | 七分つき米<br>じゃがいも　砂糖 | コーンパン<br>コーン　砂糖　小麦粉<br>ベーキングパウダー |
| 17<br>火<br>B | ごはん<br>魚のあんかけ<br>ひじきの煮物<br>味噌汁（わかめ） | 魚の切り身<br>ひじき　大豆<br>わかめ　味噌 | 玉ねぎ　えのき<br>人参　れんこん<br>ねぎ | 七分つき米<br>片栗粉<br>さつまいも<br>砂糖 | ツナサンド<br>ツナ　食パン<br>マヨネーズ |
| 18<br>水<br>A | ごはん<br>ナポリタンスパゲティー<br>スープ（レタス） | ウインナー<br>ベーコン | 玉ねぎ　人参　ピーマン<br>レタス | 七分つき米<br>スパゲティー<br>砂糖 | わかめにぎり<br>わかめ<br>七分つき米 |
| 19<br>木<br>B | ごはん<br>鶏肉のケチャップ焼き<br>和え物<br>味噌汁（さつまいも） | 鶏肉<br>味噌 | 玉ねぎ　コーン<br>キャベツ　小松菜　人参<br>ねぎ | 七分つき米<br>砂糖<br>さつまいも | ウインナーパン<br>ウインナー　砂糖　豆乳<br>ホットケーキミックス |
| 20<br>金<br>特 | **誕　生　会**<br>ハヤシライス<br>野菜の味噌ドレ<br>赤飯　お菓子　プリン | 牛肉<br>味噌<br>小豆 | 玉ねぎ　エリンギ<br>キャベツ　きゅうり　コーン | 七分つき米<br>春雨　砂糖<br>もち米 | あん団子<br>小豆　白玉粉 |
| 21<br>土<br>特 | チャーハン<br>あんかけラーメン | ウインナー<br>豚ミンチ | 玉ねぎ　人参　ピーマン<br>白菜　しいたけ　キャベツ<br>ねぎ | 七分つき米<br>そば　片栗粉<br>砂糖 | ★野菜スティック<br>★ミニカップゼリー |
| 23<br>月<br>A | ごはん<br>蒸し南瓜<br>ミネストローネ | ウインナー<br>鶏肉 | 南瓜　玉ねぎ<br>人参　ブロッコリー<br>大根　エリンギ　トマト | 七分つき米<br>マカロニ | きなこラスク<br>きな粉　砂糖<br>食パン |
| 24<br>火<br>B | ごはん<br>魚の照り焼き<br>大豆サラダ<br>吸い物（わかめ） | 魚の切り身<br>大豆　ハム<br>わかめ | 白菜<br>人参　大根　コーン<br>きゅうり　みつば | 七分つき米<br>砂糖 | ★バナナ |
| 25<br>水<br>B | ごはん<br>オムレツ<br>和え物<br>味噌汁（大根　うすあげ） | 卵<br>ツナ<br>うすあげ　味噌 | 玉ねぎ　人参　ほうれん草<br>キャベツ　小松菜　しめじ<br>大根　ねぎ | 七分つき米<br>砂糖 | ジャムケーキ<br>ジャム　砂糖　豆乳<br>ホットケーキミックス |
| 26<br>木<br>A | ごはん<br>あんかけ焼きそば<br>ワンタンスープ | 豚肉 | 玉ねぎ　人参　キャベツ<br>白菜　小松菜　えのき<br>レタス　もやし　ねぎ | 七分つき米<br>そば　片栗粉<br>ワンタンの皮 | コーンにぎり<br>コーン<br>七分つき米 |
| 27<br>金<br>B | ごはん<br>魚の塩焼き<br>春雨サラダ<br>豚汁 | 魚の切り身<br>ハム<br>豚肉　味噌 | きゅうり　コーン<br>玉ねぎ　人参<br>もやし　ねぎ | 七分つき米<br>春雨<br>じゃがいも　さつまいも | 黒糖パン<br>黒糖　小麦粉<br>ベーキングパウダー |
| 28<br>土<br>特 | そぼろ丼<br>ツナサラダ<br>味噌汁（ふ） | 合挽きミンチ<br>ツナ<br>味噌 | きぬさや　人参　コーン<br>キャベツ　きゅうり<br>ねぎ | 七分つき米<br>砂糖<br>ふ | ★きなこ棒<br>★ミニカップゼリー |
| 30<br>月<br>B | ごはん<br>さつまいもの甘煮<br>野菜のチャプチェ<br>味噌汁（根菜） | 鶏ミンチ<br>味噌 | 玉ねぎ　人参<br>しいたけ　きゅうり<br>れんこん　ごぼう　ねぎ | 七分つき米<br>さつまいも　砂糖<br>春雨 | ★バナナ |
| 31<br>火<br>B | ごはん<br>魚の味噌煮込み<br>和え物<br>吸い物（きのこ） | 魚の切り身<br>味噌 | ブロッコリー<br>キャベツ　人参　小松菜<br>しいたけ　しめじ　えのき<br>みつば | 七分つき米 | フルーツサンド<br>食パン　生クリーム<br>みかん缶　パイン缶 |

♪　★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。