

# 10月 給食予定献立表(認定こども園新高山めぐみ幼稚園)

2024年

日	曜	昼食	おやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー
1	火	肉豆腐 白菜のお浸し ごはん じゃが芋と油揚げのみそ汁 プチゼリー	フルーチェ(いちご)	豚肉・木綿豆腐/花かつお 油揚げ・みそ/プチゼリー 牛乳	ごま油・砂糖/米/じゃが芋 フルーチェの素	玉葱・糸莖・しめじ・ねぎ 白菜・青菜・人参	醤油・みりん・だし	446
2	水	中華飯 拌三絲 中華スープ リンゴ	ふかし芋	むきえび・豚肉/わかめ 油揚げ	米・油・砂糖・片栗粉/春雨 ごま油/さつま芋	青梗菜・もやし・玉葱・人参 椎茸・胡瓜・木耳・赤パプリカ 黄パプリカ/りんご	醤油・塩・こしょう・酢 中華味	470
3	木	園で出来立て!きなこパン ポーグビーンズ ツナサラダ 牛乳 バナナ	パインケーキ	きな粉/豚肉・大豆/ツナ缶 牛乳	コッペパン・油・砂糖 じゃが芋/ケーキミックス	玉葱・人参・パセリ粉/にんにく トマト水煮/キャベツ・レタス コーン/バナナ/パイン缶	塩・ケチャップ・コンソメ 醤油・こしょう 手作りドレッシング ベーキングパウダー	557
4	金	ホッケの塩焼き 野菜の塩昆布和え ごはん 厚揚げと豆苗のみそ汁 食べる小魚	オレンジゼリー	ホッケ/塩昆布/厚揚げ みそ/食べる小魚 ゼリーの素	油/米	なす・トマト・胡瓜・キャベツ 人参/豆苗	塩・だし	406
8	火	豚肉のごまみそ焼き 大根としめじのそぼろ煮 ごはん 巻き麩と若布のお吸い物 キャンディチーズ	ハッシュドポテト	豚肉・みそ/鶏肉/わかめ キャンディチーズ	油・砂糖・すりごま/米 巻き麩/ハッシュドポテト	にんにく・玉葱・ピーマン/大根 しめじ・人参	醤油・みりん・だし	534
9	水	筑前煮 白身魚フライ ごはん 青菜と油揚げのみそ汁 オレンジ	プリン	鶏肉/白身魚フライ/油揚げ みそ/プリンの素・牛乳	じゃが芋・砂糖/油/米	ごぼう・人参・蓮根・インゲン 青菜/オレンジ	醤油・みりん・だし	551
10	木	近江ちゃんぼん 肉団子のじゅんじゅん ピーチゼリー 	菜めしおにぎり	豚肉・かまぼこ ミートボール・焼き豆腐 ゼリーの素	ラーメン・ごま油/油/砂糖 米	もやし・キャベツ・人参・木耳 白菜・玉葱・糸莖・ねぎ・椎茸 菜めしの素	醤油ラーメンスープの素 塩・こしょう・醤油・みりん	490
11	金	鶏のみそ焼き 法蓮草の白和え ごはん 玉子スープ バナナ	きな粉マカロニ	鶏肉・みそ/木綿豆腐 わかめ/卵/きな粉	油・砂糖/すりごま/米 片栗粉/マカロニ・砂糖	ほうれん草・人参・コーン 糸莖・玉葱/バナナ	みりん・醤油・塩・だし	622
15	火	栗と枝豆のご飯 栗コロッケ しらすとチンゲン菜のごま和え 花麩と豆苗のお吸い物 プチゼリー	中華風カステラ	えだまめ/栗コロッケ しらす干し/プチゼリー	米・むき栗/油/いりごま 花麩/ケーキミックス・ごま油	青梗菜・キャベツ・人参・しめじ 豆苗/レーズン	塩・ケチャップ・醤油・だし ベーキングパウダー	548
16	水	きつねうどん 肉入り野菜炒め ベビーチーズ バナナ	おかかおにぎり	味付き油揚げ/豚肉 ベビーチーズ/花かつお	うどん/油/米	青菜・ねぎ/キャベツ・もやし 玉葱・人参・ピーマン・木耳 バナナ	みりん・だし・醤油・塩 こしょう	474
17	木	鶏のBBQソース 春雨サラダ ごはん オニオンスープ オレンジ	ストロベリーヨーグルト	鶏肉/ツナ缶/ヨーグルト	油・砂糖/春雨/米 いちごジャム	トマト・胡瓜・人参・コーン/玉葱 椎茸/オレンジ	ケチャップ・ソース・塩 マヨドレ・コンソメ	530
18	金	ハッシュドポーク 焼き芋食べくらべ(さつま芋2種) れんこん入り和風サラダ 食べる小魚	ピーチケーキ	豚肉/わかめ/食べる小魚	米・油 ブラウンシュチュールウ さつま芋・さつま芋 ケーキミックス	玉葱・椎茸・グリーンピース/蓮根 キャベツ・胡瓜・人参・コーン 黄桃缶	8大アルゲン不使用 ゴマドレッシング ベーキングパウダー	714
21	月	肉じゃがコロッケ マカロニサラダ ごはん えのきと貝割れのお吸い物 パイン缶	手作り焼きドーナツ	肉じゃがコロッケ/ちくわ 豆乳	油/マカロニ/米/小麦粉 砂糖	胡瓜・キャベツ・コーン 赤パプリカ/えのき・貝割れ パイン缶	マヨドレ・醤油・だし ベーキングパウダー	621
22	火	ミートソーススパゲティ 花野菜のツナマヨ コンソメスープ キャンディチーズ	ごま塩おにぎり	牛肉・豚肉/ツナ缶 キャンディチーズ	スパゲティ・油・砂糖 片栗粉/米・ごま塩	玉葱・人参・椎茸・にんにく トマト水煮/ブロッコリー カリフラワー・赤パプリカ 黄パプリカ/キャベツ・コーン	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・マヨドレ・醤油 コンソメ	566
23	水	鶏のから揚げ ひじき納豆 ごはん 具沢山のみそ汁 オレンジ	ベイクドポテト	鶏肉/ひじき・納豆/油揚げ みそ	片栗粉・油・砂糖・白ごま 米/里芋/じゃが芋	しょうが・にんにく/大根・ごぼう 人参・しめじ・ねぎ/オレンジ	醤油・みりん・だし	597
24	木	メンチカツ しらすと胡瓜の甘酢 ごはん 麩と玉葱のみそ汁 リンゴ	バナナケーキ	メンチカツ/しらす干し/わかめ みそ	油/砂糖/米/麩/ケーキミックス	胡瓜・キャベツ/玉葱/りんご バナナ	酢・塩・だし ベーキングパウダー	589
25	金	季節野菜のキーマカレー コールスロー みかん	青りんごゼリー	鶏肉/ゼリーの素	米・米粉・油	にんにく・玉葱・人参・南瓜 なす/キャベツ・胡瓜・コーン みかん	純カレー・コンソメ ケチャップ・ソース 8大アルゲン不使用 フレッシュレッシング	472
28	月	お野菜たっぷりけんちんうどん ちくわの磯辺揚げ 三色ナムル オレンジ	メープルマフィン	豚肉・木綿豆腐/ちくわ あおりの粉	うどん・油・里芋/小麦粉 白ごま・ごま油/ケーキミックス シロップ	大根・ごぼう・人参・糸莖 ねぎ/キャベツ・胡瓜/オレンジ	だし・醤油・みりん・塩 こしょう	401
29	火	親子丼 青菜と白菜のごまよごし 厚揚げとねぎのみそ汁 食べる小魚	焼き芋	卵・鶏肉/厚揚げ・みそ 食べる小魚	米・砂糖/すりごま さつま芋	玉葱・人参・椎茸・三つ葉/青菜 白菜・黄パプリカ/ねぎ	みりん・醤油・だし	515
30	水	鮭のちゃんちゃん焼き さつま芋の甘煮 ごはん 大根としめじと若布のお吸い物 ホイップonリンゴのケーキ 	ブルーベリーヨーグルト	鮭・みそ/わかめ ホイップクリーム/ヨーグルト	油・砂糖/さつま芋/米 ケーキミックス ブルーベリージャム	キャベツ・玉葱・人参・コーン ねぎ/大根・しめじ/りんご	みりん・醤油・だし ベーキングパウダー	545
31	木	バターロールパン ハンバーグの木の子ソース パンプキンサラダ 牛乳 プチゼリー 	ゆかりおにぎり	ハンバーグ/牛乳 プチゼリー	ロールパン/油・片栗粉/米	しめじ・まいたけ・エリンギ・椎茸 玉葱・南瓜・胡瓜・レーズン ゆかりの素	醤油・みりん・マヨドレ・塩 こしょう	610

原材料等の都合により献立を変更することがありますのでよろしく願いいたします。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:534kcal 脂質:15.3g たんぱく質:17.1g 炭水化物:84.9g 食塩相当量:1.5g