

給食献立表

2024年10月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	火	牛乳	栗ご飯 鮭の照り焼き 五色和え こしね汁	塩パンクリームワッフル 麦茶	牛乳 生鮭 かつお節 ちくわ 木綿豆腐 油揚げ	くり 精白米 さといも 板こんにゃく 調合油	小松菜 もやし にんじん ぶなしめじ コーン缶詰 ねぎ 干しいたけ	407	21.72	7.88	
2	水	ヤクルト	ご飯 マーボウ豆腐 チョレギサラダ スープ	ソフトサラダ 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 木綿豆腐	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 いらごま	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが にんじん カットわかめ レタス きゅうり 白菜 えのきたけ コーン缶詰	439	13.56	13.97	
3	木	ヤクルト	五目うどん 揚げシュウマイ オレンジ	チーズ蒸しパン 牛乳	ヤクルト なんと 牛乳 チーズ	うどん 調合油 ホットケーキミックス 上白糖	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ 干しぶどう	653	19.04	17.42	
4	金	牛乳	ハッシュドビーフ ミモザサラダ スープ	アンパンマンおやさいせんべい お粥りんご	牛乳 豚小間肉 卵 角ハム	調合油 精白米 じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ にんじん きゅうり カットわかめ 白菜 幼児りんご	489	10.61	14.01	
5	土		運動会								
7	月	牛乳	ご飯 コロッケ レタスサラダ 味噌汁	オレンジゼリー 麦茶	牛乳 かたくちいわし	精白米 調合油	レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな にんじん えのきたけ	411	9.00	9.57	
8	火	ヤクルト	ポークカレーライス 麦茶	肉まん 麦茶	ヤクルト 豚小間肉	じゃがいも 調合油 精白米	たまねぎ にんじん	456	11.81	11.72	
9	水	ヤクルト	チャーハン 餃子 中華きゅうり スープ	りんご 麦茶	ヤクルト 焼き豚 なんと 卵	調合油 ごま油 精白米 上白糖	にんじん ねぎ きゅうり カットわかめ コーン缶詰 白菜 りんご	433	10.93	13.50	
10	木	ヤクルト	スパゲティマトソース オレンジ スープ	バームクーヘン 幼児牛乳	ヤクルト ツナ パルメザンチーズ 卵 幼児牛乳	スパゲティ 調合油 片栗粉	ぶなしめじ にんじん たまねぎ トマトカット缶 オレンジ コーン缶詰 こまつな	423	16.61	12.76	
11	金	牛乳	メキシカンライス シーザーサラダ スープ	アンパンマン揚げせんべい 麦茶	牛乳 ポークウインナ パルメザンチーズ なんと	精白米 調合油 有塩バター クルトン	たまねぎ にんじん コーン缶詰 マッシュルーム レタス きゅうり カットわかめ えのきたけ	405	8.13	12.40	
12	土	ヤクルト	カレーうどん 動物チーズ パナナ		ヤクルト 豚小間肉 油揚げ 動物チーズ	うどん 片栗粉	たまねぎ にんじん パナナ	516	12.19	12.68	
15	火	牛乳	ご飯 あじフライ 野菜サラダ 味噌汁	ハッピーターン 麦茶	牛乳 あじフライ 角ハム 油揚げ かたくちいわし	精白米	キャベツ きゅうりにんじん たまねぎ えのきたけ	402	12.82	8.39	
16	水	牛乳	菜めしご飯 ボイルウインナー 南瓜煮 味噌汁	ぼたぼた焼 カルピス	牛乳 ポークウインナ 木綿豆腐 かたくちいわし カルピス	いらごま 精白米 三温糖	菜めし かぼちゃ なめこ ねぎ	540	16.11	16.37	
17	木	ヤクルト	サンマーメン 揚げシュウマイ オレンジ	さつま芋蒸しパン 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 牛乳	ラーメン ごま油 片栗粉 調合油 ホットケーキミックス 上白糖 いらごま さつまいも	にんじん たまねぎ もやし なら オレンジ	569	16.92	15.38	
18	金	牛乳	ツナカレーライス 福神漬 コールスロー スープ	海老せんべい オレンジジュース	牛乳 ツナ 豚小間肉 角ハム 卵	じゃがいも 調合油 精白米 上白糖	たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ コーン缶詰 カットわかめ えのきたけ	593	14.91	19.92	
19	土	ヤクルト	わかめおにぎり ワンタンスープ オレンジ		ヤクルト なんと	いらごま 精白米	炊き込みわかめ 白菜 にんじん ねぎ 干しいたけ オレンジ	408	8.03	6.22	
21	月	ヤクルト	ご飯 焼き栗コロッケ 海藻サラダ 味噌汁	ロッククッキー 麦茶	ヤクルト かたくちいわし 卵	精白米 薄力粉 有塩バター 上白糖 コーンフレーク	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 キャベツ たまねぎ にんじん	495	10.11	8.79	
22	火	牛乳	ご飯 かじき煮 マカロニサラダ 味噌汁	バナナ ヨーグルト	牛乳 めかじき 角ハム かたくちいわし ヨーグルト	精白米 三温糖 マカロニ 観世ふ	しょうが きゅうりにんじん 白菜 パナナ	472	18.61	7.85	
23	水	牛乳	ご飯 オムレツ ブロッコリーソティ ふりかけ スープ	たべっ子どうぶつ 麦茶	牛乳 ベーコン ベーコン	精白米 有塩バター じゃがいも	ブロッコリー コーン缶詰 たまねぎ にんじん パセリ	427	11.01	14.63	
24	木	ヤクルト	チャンポンうどん 豆腐ナゲット オレンジ	こぎつねおにぎり 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 細切り鰯 油揚げ	うどん ごま油 精白米 いらごま 三温糖	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ オレンジ	648	17.13	14.92	
25	金	ヤクルト	ガバオライス 拌三絲 タイ風海苔スープ	星食べよ 白ぶどう&ほうれん草	ヤクルト ぶたひき肉 卵 角ハム 木綿豆腐	上白糖 精白米 はるさめ ごま油	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン きゅうりにんじん 白菜 刻みのり	485	14.67	12.65	
26	土	ヤクルト	ナポリタン オレンジ スープ		ヤクルト ベーコン 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	にんじん たまねぎ ピーマン オレンジ コーン缶詰 こまつな	415	10.69	12.63	
28	月	ヤクルト	ご飯 納豆 餃子 スティック胡瓜 スープ	りんご 麦茶	ヤクルト 納豆 しらす干し かつお節 なんと	精白米 調合油	きゅうり カットわかめ ねぎ りんご	411	14.55	10.19	
29	火	牛乳	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 ふりかけ 味噌汁	ミニたい焼き 麦茶	牛乳 からすかれい 卵 さつま揚げ 油揚げ 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 薄力粉 上白糖	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ ねぎ カットわかめ	364	18.38	4.23	
30	水	ヤクルト	ご飯 牛丼風煮 ひじきサラダ 味噌汁	サッポロポテト アップル&キャロット	ヤクルト 豚小間肉 卵 ちくわ	精白米 しらたき 三温糖 観世ふ	たまねぎ にんじん しいたけ ひじき きゅうり 白菜 ぶなしめじ	443	13.09	8.82	
31	木	ヤクルト	お弁当の日	ハロウィンカップケーキ 麦茶	Halloween Party !!			145	2.75	4.68	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	440	12.82	11.21