

# R 6 10 月 給 食 献 立 表

	1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	7日 (月)	8日 (火)
献立名	チャプチェ風炒め わかめスープ ハッピーターン	かぼちゃのみそ汁 ひじきの煮物 バナナ	麻婆豆腐丼 中華スープ ミニゼリー	【パン食】 シュガーバターパン りんごパン 牛乳	ほうれん草スープ きゅうりサラダ りんご	白身魚フライ 豚汁 ぱりんこ (おせんべい)
備考	はし携行	はし携行	はし携行 スプーン携行	※果物持参 果物のみ可	はし携行 スプーン携行	はし携行
商	精白米	★ 精白米	★ 精白米	★ 【シュガーバターパン】	精白米	★ 精白米
品	豚肉 春雨 たまねぎ・にんじん にら・しいたけ ごま 砂糖 しょうゆ ごま油	☆ かぼちゃ ★ たまねぎ ◇ にんじん ◇ ねぎ 油揚げ しめじ みそ ★ 削り節・煮干し (だし)	◇ 豆腐 ◇ 合挽きミンチ ◇ しょうが ◇ にんにく ◇ 白ねぎ ☆ みそ ◇ しょうゆ・酒 ☆ 砂糖・ごま油 片栗粉	☆ 小麦粉、砂糖 ☆ マーガリン発酵風味料 ◇ ミックス粉、食塩 ◇ バター、調味酢 ◇ ショートニング、 ☆ (一部に小麦・乳成分 大豆を含む) ★ ※製造工場では ★ 卵とクルミを含む製品有り	精白米 ほうれん草 ウインナー はくさい にんじん たまねぎ コーン 削り節 (だし) しょうゆ・塩	◇ 白身魚フライ ☆ たら ◇ 小麦粉・パン粉・片栗粉 ◇ 塩・乳化剤・揚油 ◇ アレルギー品目 ◇ 【小麦】 ウスターソース ミニトマト・レタス
名	わかめ 豆腐 もやし にんじん ねぎ しょうゆ 塩 削り節 (だし) ハッピーターン	☆ ひじき ☆ にんじん ◇ 油揚げ・大豆水煮 ◇ 砂糖 ◇ しょうゆ みりん 削り節 (だし) バナナ	☆ たまねぎ・にんじん ◇ えのき茸・ねぎ ☆ わかめ ★ むきえび しお・しょうゆ 削り節 (だし) ごま油・片栗粉 ◇ ミニゼリー	◇ 【りんごパン】 ◇ 小麦粉、砂糖、発酵風味 ☆ りんごフィリング、卵 ☆ ファットスプレッド マーガリン ★ りんごプレザーブ パン酵母、食塩、豆乳 乳等を主要原料とする食品 ※一部に小麦・卵・乳 大豆・りんごを含む	きゅうり キャベツ ツナ わかめ 酢・砂糖・しょうゆ りんご	◇ 豚肉・豆腐 ◇ 大根・ねぎ ☆ にんじん・もやし ◇ ささがきごぼう ◇ 板こんにやく ◇ みそ ◇ 削り節 (だし) ◇ 煮干し (だし) ぱりんこ (おせんべい)
	カロリー 476 kcal 蛋白質 14.7 g	カロリー 482 kcal 蛋白質 15.2 g	カロリー 485 kcal 蛋白質 14.6 g		カロリー 470 kcal 蛋白質 14.5 g	カロリー 474 kcal 蛋白質 14.4 g

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

# R 6 10 月 給 食 献 立 表

		9日 (水)	10日 (木)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	21日 (月)
献立名		豚肉の生姜焼き みそ汁 バナナ	【パン食】 ツナサラダパン 北海道バターフラワー 牛乳	ホイコウロウ もやしスープ 梨	なすのみそ汁 白菜の煮びたし 星たべよ (おせんべい)	キーマカレー 根菜サラダ 乳酸飲料	子ぎつねごはん きのこのみそ汁 炒り豆腐 もも缶
	備考	はし携行	※果物持参 果物のみ可	はし携行	はし携行	はし携行 スプーン携行	はし携行 スプーン携行
商	品	精白米	★【ツナサラダパン】	精白米	★精白米	★精白米	★精白米
		豚肉	☆小麦粉、ツナサラダ、砂糖 マヨネーズ、発酵風味料	☆豚肉	☆なす	☆合挽きミンチ	☆油揚げ
名	品	しょうが	◇マーガリン、ミックス粉 (小麦粉、	◇キャベツ	◇油揚げ	◇たまねぎ	◇にんじん
		たまねぎ	◇粉末水あめ、ショートニング	◇にんじん	◇たまねぎ	◇トマト水煮缶	◇砂糖・しょうゆ・みりん
名	品	にんじん	◇小麦蛋白、植物油脂加工品	◇たまねぎ	◇にんじん	◇しょうが	◇削り節 (だし)
		三度豆	◇脱脂粉乳、果汁粉末	◇ピーマン	◇しめじ	◇にんにく	◇純カレー粉
名	品	砂糖	☆パン酵母、食塩、調味酢、	☆赤みそ	☆ねぎ	☆ウスターソース	☆生しいたけ
		しょうゆ	★※一部に小麦、卵、乳成分	★しょうゆ・みりん	★みそ	☆ケチャップ	☆たまねぎ・にんじん
名	品	油	★大豆、鶏肉を含む	◇砂糖	★削り節・煮干し (だし)	油	☆油揚げ
		油揚げ		◇ごま油	★	◇れんこん	◇ねぎ
名	品	油揚げ	★	◇豆腐	◇白菜	☆ささがきごぼう	◇みそ
		たまねぎ	◇【北海道バターフラワー】	◇もやし	☆豚肉	☆むきえび	◇削り節・煮干し (だし)
名	品	にんじん	◇小麦粉 卵 砂糖	◇にんじん	◇厚揚げ	◇むき枝豆	☆豆腐
		わかめ	☆マーガリン パン酵母	◇ねぎ	◇にんじん	◇酢・油	★鶏肉
名	品	ねぎ	◇バターフラワーペースト	◇わかめ	☆削り節 (だし)	☆しょうゆ・みそ	☆ひじき
		みそ	☆乳等を主要原料とする食品	◇削り節し(出し)	◇砂糖・しょうゆ・油	◇乳酸飲料	◇にんじん・むき枝豆
名	品	削り節 (だし)	食塩 乳化剤	◇しょうゆ	◇星たべよ (おせんべい)		◇砂糖・しょうゆ・油
		煮干し (だし)	★※一部に小麦、卵、乳成分	◇塩			◇削り節 (だし)・みりん
名	品	バナナ	★大豆、ゼラチンを含む	◇梨			◇もも缶
		カロリー 482 kcal		カロリー 479 kcal		カロリー 480 kcal	カロリー 483 kcal
		蛋白質 15.2 g		蛋白質 14.9 g		蛋白質 14.6 g	蛋白質 14.6 g

☆印は赤色の食品 [血や肉のもととなる]   ★印は黄色の食品 [熱や力のもとになる]   ◇印は緑色の食品 [体の調子をととのえる]

# R 6 10 月 給 食 献 立 表

	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	28日(月)	29日(火)
献立名	全学年おにぎり持参	【パン食】 ビスキーメロンパン クロワッサン(ライト) 牛乳	ポトフ チキンナゲット りんご	ポークチャップ さつまいものみそ汁 パイナップル	全学年おにぎり持参	おにぎり献立 ゆかり・塩・味付けのり みそ汁 切干大根の煮物 ミニゼリー
備考	はし携行	※果物持参 果物のみ可	はし携行 スプーン携行	はし携行	はし携行	はし携行
商		【ビスキーメロンパン】 小麦粉 砂糖 発酵風味 卵 バター、ショートニング マーガリン パン酵母 食塩 乳等を主要原料とする食品 ※一部に小麦、卵、乳成分 大豆を含む	精白米 きやべつ たまねぎ にんじん じゃがいも ウインナー しめじ 塩 しょうゆ	★精白米 ◇豚肉 ◇片栗粉 ◇たまねぎ ★しめじ ★ケチャップ ◇ウスターソース 油		精白米 ゆかり・塩 味付けのり たまねぎ にんじん 油揚げ 生しいたけ ねぎ みそ 削り節・煮干し(だし)
品		【ライトワッサン】 小麦粉 マーガリン 卵 砂糖 パン酵母 食塩 ※一部に小麦、卵、乳成分 大豆を含む	削り節(だし) チキンナゲット 鶏肉・卵 小麦粉・大豆蛋白 乳化剤・揚げ油 アレルギー品目 【小麦・卵・乳・大豆】 ミニトマト・レタス りんご	★さつまいも ◇たまねぎ ◇にんじん ★油揚げ ◇生しいたけ ◇ねぎ ◇みそ ◇削り節・煮干し(だし) パイナップル		◇切干大根 ◇鶏肉 ◇油揚げ ◇三度豆・にんじん ◇干し椎茸 ★削り節(だし) しょうゆ・砂糖・みりん ミニゼリー
名			カロリー 480 kcal 蛋白質 15.0 g	カロリー 479 kcal 蛋白質 14.9 g		カロリー 478 kcal 蛋白質 14.4 g

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

# R 6 10 月 給 食 献 立 表

30日(水)		31日(木)				
献立名	年長人気No. 2	お誕生献立				
	豆乳シチュー	赤飯・すまし汁				
備考	はし携行	はし携行				
	スプーン携行					
商品名	精白米	★ 精白米・もち米	★ ☆			
	鶏肉・むきえび	☆ 小豆				
	じゃがいも	★ えのき茸・わかめ				
	にんじん	◇ ねぎ・しょうゆ				
	たまねぎ	◇ 削り節・昆布(だし)				
	グリーンピース	◇				
	コーン	◇ えびフライ				
	しめじ	◇	「えび・卵・脱脂粉乳 ☆			
	シチューミックス		パン粉・小麦粉・片栗粉			
	豆乳	☆	塩・砂糖・揚げ油			
	白菜	◇	アレルギー品目			
	スナップエンドウ	◇	【えび・小麦・卵・乳】			
にんじん	◇	ミニトマト	◇			
花かつお	☆	キャベツ・きゅうり	◇			
しょうゆ		ツナ	☆			
みりん		コーン・にんじん	◇			
バナナ	◇	酢・塩・油・しょうゆ	★			
		さつまいも	★			
		砂糖・レモン				
	カロリー 488 kcal	カロリー 476 kcal				
	蛋白質 15.2 g	蛋白質 15.5 g				

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕