

令和6年10月

結宅こども園給食献立

日	曜	全 児		材料名	おやつ	
		主 食	副 食		10時(未満児)	3時(全児)
1	火	ご飯	鶏肉の西京焼き きゅうりとわかめの酢物 納豆、なめこ汁	鶏肉、米みそ、料理酒、本みりん、上白糖、きゅうり、カットわかめ、すりごま、酢、しょうゆ、納豆、なめこ、木綿豆腐、こねぎ、麦みそ、煮干、水	牛乳 ビスケット	ミルク せんべい
2	水	フチパン	ミートソーススパゲティ ブロッコリーのドレッシング和え かぼちゃのミルク煮スープ	スパゲティ、あいびき肉、バルメザンチーズ、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、トマトケチャップ、脱脂乳、食塩、コンソメ、サラダ油、ブロッコリー、和風ドレッシング、日本かぼちゃ、ベーコン、バター、水、牛乳、クリーム、パセリ	牛乳 キウイ	お茶 ★おにぎり
3	木	ご飯	カレー かみかみあえ キウイ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、牛肉、脱脂乳、カレールウ、サラダ油、ロースハム、さきいか、だいこん、きゅうり、ごま、しょうゆ、ごま油、酢、上白糖、キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	ミルク ヨーグルト クッキー
4	金	ご飯	魚の磯辺フライ スパゲティサラダ 湯むきトマト、納豆、小松菜のスープ	白身魚、食塩、小麦粉、鶏卵、あおのり、パン粉、サラダ油、スパゲティ、ロースハム、きゅうり、とうもろこし、和風ドレッシング、トマト、納豆、たまねぎ、こまつな、油揚げ、こねぎ、鳥がらだし、ごま油、水	牛乳 バナナ	牛乳 ★じゃが芋のスコーン
5	土	ゆかりごはん	卵うどん ツナサラダ バナナ	うどん、鶏卵、小松菜、はくさい、乾燥わかめ、こねぎ、かつお節、食塩、しょうゆ、水、シーチキン、きゅうり、とうもろこし、マヨネーズ、バナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 スナック
7	月	赤飯	筑前煮 二色なます さらさ汁	鶏肉ごぼう、たけのこ、にんじん、さやえんどう、さといも、乾しいたけ、みりん、風調味料、サラダ油、上白糖、しょうゆ、だいこん、すりごま、酢、しらす干し、木綿豆腐、焼き竹輪、小松菜、こねぎ、米みそ、煮干	牛乳 クッキー	牛乳 ★人参ドーナツ
8	火	ご飯	鮭の塩焼き ほうれんそうの白和え すまし汁、キウイ	鮭、食塩、しほり豆腐、ほうれんそう、にんじん、上白糖、ごま、米みそ、しょうゆ、乾しいたけ、こねぎ、カットわかめ、かつお節、キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	牛乳 ★さつまいもクッキー
9	水	ご飯	炒り豆腐 ポイルウインナー、納豆 じゃがいもの味噌汁	豚肉、木綿豆腐、鶏卵、揚げかまぼこ、にんじん、たまねぎ、乾しいたけ、こねぎ、サラダ油、上白糖、しょうゆ、ウインナー、納豆、じゃがいも、乾燥わかめ、麦みそ、煮干、まこんぶ	牛乳 バナナ	ミルク ビスケット
10	木	ご飯	栄養きんぴら 竹輪の磯辺揚げ わかめと麩の味噌汁、バナナ	豚肉、揚げかまぼこ、そぎごぼう、にんじん、さやいんげん、油揚げ、しらたき、サラダ油、上白糖、本みりん、しょうゆ、焼き竹輪、小麦粉、鶏卵、食塩、あおのり、乾燥わかめ、焼ひ、こねぎ、米みそ、煮干、水、バナナ	牛乳 ウエハース	ミルク スナック
11	金	ご飯	鶏の唐揚げ ひじきのサラダ 湯むきトマト、納豆、かき玉汁	鶏肉、しょうが、上白糖、しょうゆ、かたくり粉、サラダ油、干しひじき、にんじん、とうもろこし、いりごま、マヨネーズ、トマト、納豆、鶏卵、たまねぎ、こねぎ、カットわかめ、かつお節、食塩、まこんぶ	牛乳 キウイ	牛乳 ★ごま風味パン
12	土	ご飯	ポークビーンズ コンソメスープ キウイ	豚肉、だいず、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、水、トマト、トマトケチャップ、ウスターソース、上白糖、しょうゆ、コンソメ、食塩、パセリ、キウイフルーツ	牛乳 ビスケット	牛乳 スナック
14	月	ス ポ ー ツ の 日				
15	火	ご飯	豆腐ハンバーグ かぼちゃサラダ、納豆 ちんげん菜の卵スープ、バナナ	木綿豆腐、干しひじき、豚肉、たまねぎ、鶏卵、サラダ油、パン粉、しょうゆ、食塩、かつおだし、上白糖、かたくり粉、日本かぼちゃ、きゅうり、マヨネーズ、シーチキン、納豆、チンゲンサイ、鳥がらだし、バナナ	牛乳 ウエハース	お茶 揚げかまぼこ
16	水	ご飯	魚のさらさ揚げ、野菜ののり酢和え、えのきの味噌汁	白切身魚、食塩、にんじん、たまねぎ、パセリ、鶏卵、小麦粉、サラダ油、きゅうり、もやし、もみり、しょうゆ、酢、上白糖、えのきたけ、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干	牛乳 バナナ	牛乳 ★あずきケーキ
17	木	ご飯	ポークカレー 野菜サラダ キウイ	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、豚肉、脱脂乳、カレールウ、食塩、サラダ油、きゃべつ、きゅうり、ロースハム、和風ドレッシング、キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	牛乳 ★マシュマロプレート
18	金	ご飯	豚レバーの竜田揚げ 切り干し大根のサラダ 納豆、野菜スープ	豚肉レバー、しょうが、ごま油、合成清酒、しょうゆ、かたくり粉、サラダ油、水、上白糖、切り干しだいこん、ロースハム、鶏卵、にんじん、きゅうり、酢、納豆、たまねぎ、きゃべつ、コンソメ、食塩	牛乳 キウイ	牛乳 ★さつまいもケーキ
19	土	ご飯	肉うどん コーンサラダ バナナ	うどん、牛肉、もやし、たまねぎ、にんじん、こねぎ、かつお節、サラダ油、上白糖、しょうゆ、食塩、とうもろこし、きゅうり、きゃべつ、マヨネーズ、バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 スナック
21	月	ご飯	鶏肉のケチャップからめ ほうれんそうのごま和え かぼちゃの味噌汁	鶏肉、食塩、合成清酒、かたくり粉、サラダ油、トマトケチャップ、しょうゆ、三温糖、水、いりごま、ほうれんそう、もやし、にんじん、上白糖、日本かぼちゃ、たまねぎ、カットわかめ、こねぎ、煮干、まこんぶ、麦みそ	牛乳 クラッカー	牛乳 ★けせん団子
22	火	ご飯	豚汁 さつまいもの天ぷら 納豆味噌、キウイ	豚肉、だいこん、にんじん、さといも、こねぎ、厚揚げ、たまねぎ、ごぼう、サラダ油、煮干、米みそ、さつまいも、小麦粉、ベーキングパウダー、食塩、挽きわり納豆、豚肉、おろししょうが、米みそ、三温糖、キウイフルーツ	牛乳 バナナ	ミルク ビスケット
23	水	ご飯	きつねうどん きんぴらごぼう バナナ	うどん、油揚げ、小松菜、こねぎ、かつお節、しょうゆ、食塩、本みりん、牛肉、そぎごぼう、にんじん、いんげんまめ、サラダ油、上白糖、バナナ	牛乳 クッキー	牛乳 ★開口笑
24	木	ご飯	親子丼 ツナサラダ じゃがいもの味噌汁	鶏卵、乾しいたけ、鶏肉、たまねぎ、小松菜、さやいんげん、しょうゆ、上白糖、本みりん、シーチキン、きゅうり、とうもろこし、マヨネーズ、じゃがいも、油揚げ、こねぎ、麦みそ、煮干	牛乳 キウイ	牛乳 ★さつまいもスコーン
25	金	さつまいもごはん	鮭のフライ 野菜サラダ 湯むきトマト、かき玉汁、バナナ	べにぎけ、食塩、小麦粉、鶏卵、パン粉、サラダ油、きゃべつ、にんじん、きゅうり、ロースハム、和風ドレッシング、トマト、焼ひ、こねぎ、かつお節、しょうゆ、水、バナナ	牛乳 ウエハース	ミルク バームクーヘン
26	土	ご飯	じゃが芋とベーコンの煮込み うす揚げときのこの味噌汁 キウイ	じゃがいも、ベーコン、豚肉、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、サラダ油、しょうゆ、上白糖、ぶなしめじ、木綿豆腐、油揚げ、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干、キウイフルーツ	牛乳 ビスケット	牛乳 スナック
28	月	ご飯	鶏肉のごま味噌焼き ほうれんそう納豆 湯むきトマト、すまし汁	鶏肉、すりごま、米みそ、三温糖、しょうゆ、本みりん、合成清酒、ほうれんそう、納豆、しらす干し、トマト、焼ひ、カットわかめ、かいわれだいこん、かつお節、まこんぶ、食塩	牛乳 クラッカー	牛乳 スナック
29	火	ご飯	魚の竜田揚げ 野菜のごま酢和え 豆腐の卵スープ、キウイ	ぶり、かたくり粉、サラダ油、しょうゆ、本みりん、上白糖、おろししょうが、きゃべつ、きゅうり、にんじん、ごま、酢、鶏卵、木綿豆腐、たまねぎ、こねぎ、食塩、かつお節、水、キウイフルーツ	牛乳 ビスケット	ミルク クッキー
30	水	食パン	スペイン風オムレツ きゅうりもみ、湯むきトマト コンソメスープ	鶏卵、ベーコン、じゃがいも、青ピーマン、トマト、たまねぎ、バター、食塩、トマトケチャップ、きゅうり、にんじん、コンソメ、パセリ、水	牛乳 バナナ	お茶 ★おにぎり
31	木	わかめごはん	焼きビーフン ブロッコリーのおかか和え ちんげん菜の卵スープ、バナナ	ビーフン、もやし、きゃべつ、たまねぎ、にんじん、豚肉、揚げかまぼこ、蒸しかまぼこ、サラダ油、食塩、しょうゆ、ブロッコリー、上白糖、かつお節、チンゲンサイ、鳥がらだし、鶏卵、バナナ	牛乳 クッキー	牛乳 ★かぼちゃケーキ

★手作りおやつ

給食日数	26 日			
平均栄養価	エネルギーKcal	たん白質g	脂肪g	食塩相当量g
3歳以上児	529.1	19.5	17.6	1.6
3歳未満児	480.3	18.4	17.5	1.4

※3歳以上児・3歳未満児：主食・副食・おやつ

く
ち
り
料
理

食
育
の
日

誕
生
会

令和6年10月

離乳食献立予定表

結宅こども園

日	曜	初期	中期	後期	日	曜	初期	中期	後期
1	火	おかゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の 煮物 納豆 豆腐の味噌汁	軟飯 ささみのソテー じゃが芋、人参の煮物 納豆 豆腐の味噌汁	17	木	おかゆ キャベツのペースト じゃが芋のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、キャベツ の煮物 麩の味噌汁	軟飯 ささみのソテー じゃが芋、キャベツの煮物 麩の味噌汁
2	水	おかゆ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 豆腐、南瓜、ブロッコリー の煮物 玉葱のスープ	軟飯 豆腐、南瓜、ブロッコリー の煮物 玉葱のスープ	18	金	おかゆ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 豆腐、人参、ブロッコリー の煮物 納豆 麩のすまし汁	軟飯 豆腐、人参、ブロッコリー の煮物 納豆 麩のすまし汁
3	木	おかゆ じゃが芋のペースト 大根のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の 煮物 大根の味噌汁	軟飯 ささみ、じゃが芋、人参の 煮物 大根の味噌汁 キウイ	19	土	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) さつま芋の煮物 バナナ
4	金	おかゆ トマトのペースト 南瓜のペースト	おかゆ ささみ、南瓜、トマトの煮物 納豆 小松菜のスープ	軟飯 ささみのソテー 南瓜の煮物 湯むきトマト 納豆 小松菜のスープ	21	月	おかゆ 南瓜のペースト ほうれん草のペースト	おかゆ ささみ、南瓜、ほうれん草 の煮物 玉葱の味噌汁	軟飯 ささみのソテー ほうれん草、人参の和え 物 玉葱の味噌汁
5	土	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) さつま芋の煮物 バナナ	22	火	おかゆ さつま芋のペースト 人参のペースト	おかゆ 豆腐、さつま芋、人参の煮 物 納豆 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、さつま芋、人参の煮 物 納豆 麩の味噌汁 キウイ
7	月	おかゆ じゃが芋のペースト 大根のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の 煮物 大根の味噌汁	軟飯 ささみ、じゃが芋、人参の 煮物 大根の味噌汁	23	水	おかゆ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) 南瓜の煮物 バナナ
8	火	おかゆ ほうれん草のペースト さつま芋のペースト	おかゆ 白身魚、さつま芋、ほうれ ん草の煮物 麩のすまし汁	軟飯 白身魚のムニエル さつま芋、ほうれん草の煮 物 麩のすまし汁 キウイ	24	木	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ 豆腐、人参、さつま芋の煮 物 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、人参、さつま芋の煮 物 麩の味噌汁
9	水	おかゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト	おかゆ 豆腐、人参、じゃが芋の煮 物 玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐、人参、じゃが芋の煮 物 玉葱の味噌汁	25	金	おかゆ キャベツのペースト トマトのペースト	おかゆ 白身魚、キャベツ、トマト の煮物 さつま芋の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル キャベツの和え物 湯むきトマト バナナ さつま芋の味噌汁
10	木	おかゆ ブロッコリーのペースト 南瓜のペースト	おかゆ ささみ、ブロッコリー、南瓜 の煮物 麩の味噌汁	軟飯 ささみ、ブロッコリー、南瓜 の煮物 麩の味噌汁 バナナ	26	土	おかゆ 人参のペースト じゃが芋のペースト	おかゆ 豆腐、人参、じゃが芋の煮 物 麩のすまし汁	軟飯 豆腐、人参、じゃが芋の煮 物 麩のすまし汁 キウイ
11	金	おかゆ トマトのペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、人参、トマトの煮物 納豆 玉葱のスープ	軟飯 ささみのソテー 人参の煮物 湯むきトマト 納豆 玉葱のスープ	28	月	おかゆ トマトのペースト ほうれん草のペースト	おかゆ ささみ、トマト、ほうれん草 の煮物 麩のすまし汁	軟飯 ささみのソテー ほうれん草の和え物 湯むきトマト 麩のすまし汁
12	土	おかゆ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 豆腐、じゃが芋、ブロッコ リーの煮物 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、じゃが芋、ブロッコ リーの煮物 麩の味噌汁 キウイ	29	火	おかゆ キャベツのペースト 人参のペースト	おかゆ 白身魚、キャベツ、人参の 煮物 豆腐のすまし汁	軟飯 白身魚のムニエル キャベツ、人参の煮物 豆腐のすまし汁
14	月		スポーツの日		30	水	おかゆ じゃが芋のペースト トマトのペースト	おかゆ 豆腐、じゃが芋、トマトの 煮物 玉葱のスープ	軟飯 豆腐、じゃが芋、トマトの 煮物 玉葱のスープ
15	火	おかゆ じゃが芋のペースト 南瓜のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、南瓜の 煮物 納豆 チンゲン菜のスープ	軟飯 鶏ひき肉のハンバーグ じゃが芋、南瓜の煮物 チンゲン菜のスープ 納豆 バナナ	31	木	おかゆ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) 南瓜、ブロッコリーの煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、 人参) 南瓜、ブロッコリーの煮物 バナナ
16	水	おかゆ 人参のペースト さつま芋のペースト	おかゆ 白身魚、人参、さつま芋の 煮物 玉葱の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル 人参、さつま芋の煮物 玉葱の味噌汁					