

給食だより

令和4年 10月号

社会福祉法人 晋栄福祉会 新福島ちどり保育園
給食担当 富士産業(株) 栄養士 谷末 明子
西尾 眞理子



日が暮れる時間が早くなり、風や日差しも秋らしくなってきました。10月は季節の変わり目で寒暖差があり、体調を崩しやすくなるので、三食きちんと食べてバランスよく栄養を摂りましょう。スポーツの秋、たくさん体を動かして秋のおいしい旬の食材を味わいたいですね。



サバの解体ショーについて



今月の献立『サバの煮付け』の日に、目の前でサバを3枚におろす所を見学予定です。(新型コロナウイルス感染症予防の関係上、4.5歳児のみ) 私たちは動物や魚・植物の命を頂きながら生きています。「命を頂いていること」そして、食材が食卓に並びまでにいろいろな人が関わり、おいしく頂けることなど学んでくれたらと思います。命を頂いていることに感謝して、みんなでおいしく食べてください!



サバは非常に脂質に富んだ魚ですが、中でも多価不飽和脂肪酸が群を抜いて多く含まれています。EPA や DHA に代表される多価不飽和脂肪酸は悪玉コレステロールや中性脂肪を減らし、逆に善玉コレステロールを増やす働きがあり、動脈硬化の予防、改善や脳卒中や高血圧などの生活習慣病から身体を守ってくれます。



食事のマナーについて

マナーと一緒に食事をする人同士が、お互いに気持ちよく食事するための「心遣い」です。子供たちが楽しく食事をする給食の時間ですが、正しいマナーを身につけ、楽しい雰囲気の中でみんなが気持ちよく食事できるようにしていきましょう。

- ① 食事の準備 ☆食事の環境を整えましょう。
食事の前の手洗い・うがい、また食卓を清潔にしましょう。
- ② 食事の姿勢 ☆食事の時は、正しい姿勢を保てるよう意識しましょう。
テーブルにひじをつかない、お茶碗やお椀に手を添えるなど
- ③ 食事中 ☆あいさつをしましょう。(いただきます、ごちそうさま)
コロナ禍のため、黙食を心がけましょう。



*マナーを守って食べることは、子供たちの安全にもつながります。

ハロウィンってなに?

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い、悪い悪霊を追い出すと言われています。

ハロウィンに必ず登場するかぼちゃの提灯は、もともとカブをくり抜いた提灯だったものがアメリカでかぼちゃになったそうです。

最近ではハロウィンにちなんで、日本でもパーティーなどが行われるようになりました。

かぼちゃは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。

保育園では、この日パンプキンシチューを提供します。



10月の目標

◇食事のマナーを身につける ◇食事できることに感謝する

今月の予定

8日(土)運動会

13日(木)サバの解体ショー(4.5歳児のみ)

26日(水)おにぎり作り



2022年 10月 新福島ちどり保育園献立表

| | | 行事食メニュー | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|---|--|--|--|---|---|--|--|--|--|--|--|---|--|---|
| | | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 17 | 18 | |
| | | 土 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 月 | 火 | |
| 乳児 おやつ | 動物ビスケット | きな粉ウエハース | うす焼き | ミニビスケット | こめせんべい・ラムネ | ミレービスケット | うす焼き | ミニビスケット | うの花クッキー | ミレービスケット | 動物ビスケット | きな粉ウエハース | うす焼き | | |
| | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | | |
| 行事 | のりわかめせんべい ほうじ茶 | かぼちゃせんべい ほうじ茶 | にんじんせんべい ほうじ茶 | のりわかめせんべい ほうじ茶 | かぼちゃせんべい ほうじ茶 | にんじんせんべい ほうじ茶 | にんじんせんべい ほうじ茶 | にんじんせんべい ほうじ茶 | かぼちゃせんべい ほうじ茶 | にんじんせんべい ほうじ茶 | のりわかめせんべい ほうじ茶 | かぼちゃせんべい ほうじ茶 | にんじんせんべい ほうじ茶 | | |
| | | 身体測定 (乳児) | | 身体測定 (幼児) | | サバの解体ショー | | | | | | | | | |
| 昼食 | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆とりそぼろ丼 | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆酢豚丼 | ☆さつま芋ごはん | ☆味噌ラーメン | ☆ごはん | ☆ピラフ | ☆ごはん | | |
| | 精白米 50g ☆焼きそばのごまだれ さば 40g 料理酒 0.2g 三温糖 1g 濃口醤油 2g みりん風 1g 片栗粉 0.3g すりごま(白) 1g ☆大根煮 大根 20g 三温糖 1.5g 濃口醤油 1.5g ☆ひじきマヨ和え ひじき 3g 三温糖 1.5g 濃口醤油 1.5g キャベツ 15g きゅうり 8g マヨネーズ 4g ☆味噌汁 ソフト豆腐 15g わかめ 0.3g ねぎ 2g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | 精白米 50g ☆ポークチャップ 豚肉 40g 玉葱 35g 人参 10g しめじ 7g キャノラ油 0.5g ケチャップ 3g ウスターソース 2g コンソメ 0.2g ☆ほうれん草ソテー ほうれん草 30g もやし 10g ベーコン 5g キャノラ油 0.5g コンソメ 0.3g ☆味噌汁 大根 15g 油揚げ 3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | 精白米 50g ☆赤魚の照焼 赤魚 40g 料理酒 1g 三温糖 2g 濃口醤油 3g キャノラ油 1g ☆納豆 かつ 納豆 20g ☆和風胡麻ドレサラダ 大根 25g きゅうり 15g コーン 3g わかめ 1g 濃口醤油 0.5g 穀物酢 0.5g 三温糖 0.5g ごま油 0.3g ☆味噌汁 南瓜 15g えのき 5g 味噌 5g かつおだしパック 0.7g だし昆布 0.3g | 精白米 55g 鶏ミンチ 30g 人参 5g キャノラ油 0.5g 三温糖 2g 濃口醤油 3g ほうれん草 15g 食塩 0.2g みりん風 3g キャノラ油 1g ☆お浸し 小松菜 30g しめじ 10g 人参 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2g ☆サラダ キャベツ 25g ブロッコリー 15g ローズハム 5g マヨネーズ 5g 食塩 0.1g こしょう 0.01g ☆コンソメスープ 丸鶏がらスープ 1.8g 濃口醤油 1.1g | 精白米 50g ☆ハンバーグ ☆白身魚のカレーポテト焼き 豚モモスライス 40g ホキ 40g 食塩 0.2g 裏ごしポテト 15g 玉葱みじん 8g マヨネーズ 5g カレー粉 0.2g キャノラ油 1g ☆ゆでブロッコリー ブロッコリー 20g 食塩 0.1g ☆もやしソテー もやし 20g 白菜 35g えのき 5g 焼竹輪 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2g すりごま(白) 0.2g ☆すまし汁 大根 15g わかめ 0.3g ねぎ 2g 薄口醤油 3g 食塩 0.3g だし昆布 0.3g かつおだしパック 1g だし昆布 0.5g | 精白米 50g さつま芋 15g 食塩 0.1g ☆さばの煮付け さば 40g しょうが(おろし) 0.3g 料理酒 1g 三温糖 2g 濃口醤油 3g ☆マヨネーズ和え ブロッコリー 30g 人参 10g コーン 5g マヨネーズ 4g 食塩 0.1g ☆すまし汁 玉葱 15g わかめ 0.3g 薄口醤油 3g 食塩 0.3g だし昆布 0.5g | ラーメン 100g 豚肉 30g 太もやし 30g 人参 10g コーン 10g ねぎ 2g 味噌 6g 三温糖 2g 濃口醤油 3g ごま油 0.2g ☆じゃがいもそぼろ煮 ポテト 40g 鶏ミンチ 5g 三温糖 2g 濃口醤油 3g グリーンピース 2g 黄桃缶 10g みかん缶 15g バナナ 20g | 精白米 50g 玉葱みじん 20g ウインナー 15g 大根 15g キャノラ油 0.5g えのき 10g 食塩 0.2g コンソメ 1g ☆マカロニサラダ シェルマカロニ 10g きゅうり 10g シチン 7g マヨネーズ 5g ☆コンソメスープ 7スガラス 15g ベーコン 5g コンソメ 1.2g | 精白米 55g 玉葱みじん 20g 鶏コマ肉 40g 大根 40g 厚揚げ 20g ごぼう 15g 人参 15g こんにやく 10g キャノラ油 1g 砂糖 3g 濃口醤油 5g グリーンピース 5g ☆おかか和え ブロッコリー 25g キャベツ 15g 焼竹輪 5g 三温糖 1g 濃口醤油 3g 花かつお 0.2g ☆味噌汁 玉葱 15g わかめ 0.3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | 精白米 50g 小麦粉 15g ベーキングパウダー 0.8g 三温糖 6g キャノラ油 6g ココア 0.2g | 小麦粉 14g 水 60g 三温糖 3g 粉寒天 0.4g レモン果汁 1g | ホットケーキミックス 15g ベーキングパウダー 0.8g 調整豆乳 15g キャノラ油 2g 黒砂糖 2g | 精白米 50g 菜飯の素 0.3g しらす干し 5g | バナナ 33.2g 調整豆乳 50g 水 15g メープルシロップ 5g 三温糖 2g ゼラチン 1.4g | 調整豆乳 50g 水 15g メープルシロップ 5g 三温糖 2g ゼラチン 1.4g |
| 午後おやつ | ☆市販おやつ | ☆ココアプリン | ☆フルーツ | ☆チヂミ | ☆フライドポテト | ☆パウンドケーキ | ☆ココアちんすこう | ☆バインゼリー | ☆黒糖煮しパン | ☆しらす煮飯おにぎり | ☆フルーツ | ☆豆乳プリン | ☆かぼちゃ煮しパン | | |
| | うの花クッキー 4g フルーツラムネ 6g | 調整豆乳 60g ココア 2g 三温糖 6g ゼラチン 1g | かき 50g ☆牛乳 200g ○牛乳 200g | 小麦粉 15g 片栗粉 5g にら 2g 玉葱 8g 人参 3g むきえび 10g 食塩 0.1g 丸鶏がらスープ 0.3g 濃口醤油 1g | ポテト 50g キャノラ油 5g 食塩 0.1g あおのり 0.1g | 小麦粉 15g ベーキングパウダー 0.8g 三温糖 6g 調整豆乳 15g キャノラ油 2.5g | 小麦粉 14g 三温糖 6g キャノラ油 6g ココア 0.2g | バイン缶 20g 水 60g 三温糖 3g 粉寒天 0.4g レモン果汁 1g | ホットケーキミックス 15g ベーキングパウダー 0.8g 調整豆乳 15g キャノラ油 2g 黒砂糖 2g | 精白米 50g 菜飯の素 0.3g しらす干し 5g | バナナ 33.2g 調整豆乳 50g 水 15g メープルシロップ 5g 三温糖 2g ゼラチン 1.4g | 調整豆乳 50g 水 15g メープルシロップ 5g 三温糖 2g ゼラチン 1.4g | 小麦粉 15g ベーキングパウダー 0.8g 三温糖 5g キャノラ油 2g 調整豆乳 15g かぼちゃ 10g | | |
| | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆お茶 ○ほうじ茶 150g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | ☆牛乳 ○牛乳 200g | | |

※ 納入都合などにより、一部献立や食材の変更等が場合があります。その際はご了承願います。

2022年 10月 新福島ちどり保育園献立表

| | | 19 | 20 | 21 | 22 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 31 | | 行事食メニュー | |
|--------|---|---|--|---|--|--|---|---|--|---|--|---|---|---------|--|
| | | 水 | 木 | 金 | 土 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 月 | | | |
| 乳児朝おやつ | ミニビスケット | こめせんべい・ラムネ | ミレービスケット | 動物ビスケット | きな粉ウエハース | うす焼き | ミニビスケット | うの花クッキー | ミレービスケット | 動物ビスケット | きな粉ウエハース | | | | |
| | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | 低脂肪牛乳 | | | |
| | | のりわかめせんべい | かぼちゃせんべい | にんじんせんべい | のりわかめせんべい | かぼちゃせんべい | にんじんせんべい | のりわかめせんべい | かぼちゃせんべい | にんじんせんべい | のりわかめせんべい | かぼちゃせんべい | | | |
| | | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | ほうじ茶 | | | |
| 行事 | | お楽しみ会 | | | | | | おにぎり作り | ミニ音楽会 | 絵本貸し出し 絵本シアター | | ハロウィン | | | |
| 昼食 | ☆きのこごはん | ☆チンジャオロース丼 | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆ごはん | ☆焼きうどん | ☆ごはん | ☆鶏肉の味噌焼き丼 | ☆ごはん | ☆ロールパン | | | |
| | 精白米 50g しめじ 7g まいたけ 7g 人参 5g 油揚げ 2g 薄口醤油 2g 濃口醤油 3g 食塩 0.1g かつおだしパック 0.7g | 精白米 50g 豚肉 40g 玉葱 35g ピーマン 10g たけのこ 10g ごま油 1g しょうが(おろし) 1g 料理酒 1.5g 三温糖 1.2g 濃口醤油 2g オイスターソース 4g | 精白米 50g ☆豆腐の五目揚げ 木綿豆腐 35g 鶏ミンチ 20g ひじき 1g コーン 5g 人参 10g 濃口醤油 0.5g 食塩 0.2g 片栗粉 2.5g キャノール油 3g かつおだしパック 0.5g | 精白米 50g ☆鶏肉と大根のさっぱり煮 鶏肉 50g 大根 40g 人参 10g 穀物酢 4g 濃口醤油 4g 料理酒 4g 三温糖 2g しょうが(おろし) 0.5g | 精白米 50g ☆鶏肉のカレームニエル 鶏肉 50g 食塩 0.3g 片栗粉 0.7g カレー粉 0.3g キャノール油 2g ☆納豆 かつお納豆 20g キャベツ 30g コーン 5g シーキン 5g 赤パブリカ 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 精白米 50g ☆アジごま揚げ あじ 40g 料理酒 1g 濃口醤油 1g しょうが(おろし) 0.1g ごま(いり) 5g 小麦粉 5g キャノール油 3g キャベツ 20g 食塩 0.1g 大根のツナ煮 大根 40g 鶏ミンチ 5g 人参 10g シーキン 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2g 片栗粉 0.3g グリーンピース 2g | うどん(ゆで) 100g 豚肉 20g キャベツ 25g 玉葱 10g 人参 10g ねぎ 2g 食塩 0.1g キャノール油 3g とんかつソース 10g ウスターソース 2g 花かつお 1g 南瓜 40g キャベツ 30g ほうれん草 10g 焼竹輪 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2g 片栗粉 0.3g グリーンピース 2g | 精白米 50g ☆肉じゃが 牛肉 30g ポト 40g 玉葱 20g 糸こんにやく 10g 人参 10g キャノール油 1g 三温糖 2g 濃口醤油 3g かつおだしパック 0.3g キャベツ 30g ほうれん草 10g 焼竹輪 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2g 花かつお 0.2g ソフト豆腐 15g わかめ 0.3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | 精白米 50g 鶏肉 50g 料理酒 1g 味噌 3g 三温糖 1.5g キャノール油 1g ブロッコリー 20g 切干大根 8g まびき菜 8g ロースハム 5g マヨネーズ 5g 味噌 1g さつまい 10g 人参 5g 大根 5g ねぎ 2g 薄口醤油 4g 食塩 0.3g かつおだしパック 1g 片栗粉 0.5g | 精白米 50g ☆カレーの塩焼き カレー 40g 食塩 0.2g ☆ごま和え 小松菜 20g 白菜 20g 焼竹輪 5g 三温糖 0.5g 濃口醤油 2g すりごま(白) 0.2g ☆さつま汁 豚肉 5g さつまい 10g 人参 5g 大根 5g ねぎ 2g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | 無塩ロール 60g ☆パンブキンシチュー 鶏コマ肉 30g ポト 25g 玉葱 15g 人参 10g キャノール油 1g まろやかシチュールー 12g 調製豆乳 100g 水 30g ☆野菜サラダ キャベツ 30g きゅうり 5g ロースハム 5g コーン 3g 穀物酢 1.6g 三温糖 0.8g 食塩 0.2g キャノール油 0.4g ☆フルーツポンチ 黄桃缶 15g バナナ 10g みかん缶 15g | | | | |
| | ☆さんまの塩焼き | ☆ナムル | ☆トマト | ☆しらす和え | ☆コンソメスープ | ☆コンソメスープ | ☆コンソメスープ | ☆コンソメスープ | ☆フルーツ | ☆コンソメスープ | ☆コンソメスープ | ☆コンソメスープ | ☆コンソメスープ | | |
| | さんま 40g 食塩 0.1g キャノール油 1g | ほうれん草 20g もやし 20g 人参 5g 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | トマト 18g ほうれん草 10g 人参 5g 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | もやし 15g ベーコン 5g パセリ粉 0.1g コンソメ 1.2g | もやし 15g ベーコン 5g パセリ粉 0.1g コンソメ 1.2g | もやし 15g ベーコン 5g パセリ粉 0.1g コンソメ 1.2g | もやし 15g ベーコン 5g パセリ粉 0.1g コンソメ 1.2g | バナナ 33g | ソフト豆腐 15g わかめ 0.3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | かつおだしパック 1g 片栗粉 0.5g | かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | | | |
| | ☆おろしポン酢 | ☆味噌汁 | ☆すまし汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | | |
| | 大根おろし 20g 味ぼん 1g | 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | 大根 15g 油揚げ 2g 味噌 5g 小松菜 10g おつゆ麩 2g 薄口醤油 3g 食塩 0.3g かつおだしパック 1g だし昆布 0.5g | 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | バナナ 33g | ソフト豆腐 15g わかめ 0.3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | かつおだしパック 1g 片栗粉 0.5g | かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | | | |
| | ☆酢の物 | ☆味噌汁 | ☆すまし汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | | |
| | きゅうり 10g 太もやし 30g わかめ 1g 穀物酢 2g 三温糖 2g 薄口醤油 1g | 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | 大根 15g 油揚げ 2g 味噌 5g 小松菜 10g おつゆ麩 2g 薄口醤油 3g 食塩 0.3g かつおだしパック 1g だし昆布 0.5g | 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | バナナ 33g | ソフト豆腐 15g わかめ 0.3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | かつおだしパック 1g 片栗粉 0.5g | かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | | | |
| | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆すまし汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | ☆味噌汁 | | |
| | おつゆ麩 1g ほうれん草 15g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | 大根 15g 油揚げ 2g 味噌 5g 小松菜 10g おつゆ麩 2g 薄口醤油 3g 食塩 0.3g かつおだしパック 1g だし昆布 0.5g | 濃口醤油 1.5g ごま油 1g ごま(いり) 1g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | 濃口醤油 2g 味噌 5g 白菜 30g ほうれん草 10g しらすずし 3g 三温糖 0.2g | バナナ 33g | ソフト豆腐 15g わかめ 0.3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | かつおだしパック 1g 片栗粉 0.5g | かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g | | | |
| | ☆ジャムサンド | ☆りんごケーキ | ☆水ようかん | ☆市販おやつ | ☆マーブルケーキ | ☆お麩ラスク | ☆わかめおにぎり | ☆ももゼリー | ☆大芋芋 | ☆大芋芋 | ☆大芋芋 | ☆大芋芋 | ☆大芋芋 | | |
| | 麦ロール 17.5g いちごジャム 2g | ホットケーキミックス 20g ベーキングパウダー 0.6g 三温糖 6g キャノール油 6g 調製豆乳 20g りんご 15g | 粉寒天 0.3g 三温糖 3g あずき(こしあん) 25g 水 40g | うす焼き 2g きな粉ウエハース 6g | ホットケーキミックス 20g ベーキングパウダー 0.8g キャノール油 3g 三温糖 6g 調製豆乳 15g ココア 0.6g | おつゆ麩 2g キャノール油 1.5g 三温糖 0.5g きな粉 1g | 精白米 35g しらす干し 2g わかめ 0.2g ごま(いり) 0.2g | 黄桃缶 20g 水 60g 三温糖 3g 粉寒天 0.4g レモン果汁 1g | さつまい 40g キャノール油 3g 三温糖 3g 濃口醤油 1g 水 3g ごま(いり) 0.1g | さつまい 40g キャノール油 3g 三温糖 3g 濃口醤油 1g 水 3g ごま(いり) 0.1g | さつまい 40g キャノール油 3g 三温糖 3g 濃口醤油 1g 水 3g ごま(いり) 0.1g | さつまい 40g キャノール油 3g 三温糖 3g 濃口醤油 1g 水 3g ごま(いり) 0.1g | さつまい 40g キャノール油 3g 三温糖 3g 濃口醤油 1g 水 3g ごま(いり) 0.1g | | |
| | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | ☆牛乳 | | |
| | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | ○牛乳 200g | | |

※ 納入都合などにより、一部献立や食材の変更等が場合によってあります。その際はご了承願います。