10 月 給 食 献 立 表

幼保連携型認定こども園　川原石こども園

	2・23（月）	3（火）・20（金）	4・18（水）	5・19（木）
1～5才	ふわふわ豆腐ナゲット トマト　小松菜おかか和え ご飯　オレンジ	魚のコーンマヨネーズ焼き スティック胡瓜　豚汁 ご飯　パイン缶	厚焼き卵 トマト　田舎煮 ご飯　梨	ポークビーンズ 酢みそ和え ご飯　バナナ/キウイ
	ミルク　菓子	ミルク　菓子	カップケーキ/ミルク　菓子	ミルク　菓子
後期	豆腐のくず煮　トマト　小松菜のおかか和え　オレンジ	白身魚の煮付　胡瓜塩もみ 豚汁　バナナ	豆腐の煮付　里芋の煮付 トマト　梨	ポークビーンズ 酢みそ和え　バナナ
	ミルク　菓子	ミルク　菓子	カップケーキ/ミルク　菓子	ミルク　菓子
中期	豆腐のくず煮 小松菜の煮びたし	白身魚のやわらか煮 胡瓜のくず煮　みそ汁	豆腐の煮付　トマトの煮びたし　人参のやわらか煮	豆腐と野菜の煮付　じゃが芋と人参のやわらか煮
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
前期	豆腐のくず煮 小松菜の煮びたし	白身魚のつぶし煮 胡瓜のくず煮　みそ汁	豆腐のくず煮　トマトの煮びたし　人参のペースト	豆腐と野菜の煮付 じゃが芋と人参のつぶし煮
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
	6（金）・31（火）	**7・21（土）**	**10・24（火）**	**11・25（水）**
1～5才	魚のかば焼き　人参のグラッセ　ほうれん草のごま和え　ご飯　キウイ	他人煮 生酢 ご飯　バナナ	スペインオムレツ トマト　マカロニサラダ ご飯　りんご	鶏肉のマーマレード焼き 人参の甘煮　みそ汁 ご飯　キウイ
	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ヤクルト　菓子/ミルク　菓子	ミルク　菓子
後期	白身魚くず煮　人参グラッセ ほうれん草煮浸しオレンジ	豆腐と野菜の煮付 生酢　バナナ	ポテトベーコン煮　トマト マカロニサラダ　りんご	白身魚の野菜煮　人参甘煮 みそ汁　バナナ
	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子	ミルク　菓子
中期	白身魚くず煮　人参ペ-スト ほうれん草煮びたし	豆腐と野菜の煮付 胡瓜のくず煮	豆腐の煮付　トマト煮びたし　野菜のやわらか煮	白身魚の野菜煮 人参の甘煮　みそ汁
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
前期	白身魚のくず煮　人参ペースト　ほうれん草煮びたし	豆腐と野菜の煮付 胡瓜のくず煮	豆腐のくず煮　トマトの煮びたし　野菜のやわらか煮	白身魚の野菜煮　人参のやわらか煮　野菜スープ
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
	17（火）　お誕生会	**12・26（木）**	**13・27（金）**	**14・28（土）**
1～5才	煮込みハンバーグ　レタス トマト　マカロニサラダ ご飯　オレンジ　キウイ	カレー 和風サラダ ご飯　バナナ	魚の磯辺揚げ　ボイルキャベツ　じゃが芋のソテー ご飯　パイン缶	焼きそば かぼちゃの煮付 バナナ
	ミルク　菓子	ミルク　菓子/ヨーグルト	ミルク　菓子	ミルク　菓子
後期	白身魚野菜煮　トマト　マカロニサラダ　オレンジ	豆腐入り野菜のやわらか煮 和風サラダ　バナナ	白身魚煮付　ボイルキャベツ　じゃが芋ソテー　りんご	煮込みうどん　豆腐野菜煮付　かぼちゃ煮付　バナナ
	ミルク　菓子	ミルク　菓子/ヨーグルト	ミルク　菓子	ミルク　菓子
中期	白身魚の野菜煮　トマト煮びたし　人参のやわらか煮	豆腐入り野菜のやわらか煮 胡瓜のくず煮　トマト	白身魚やわらか煮　キャベツ煮浸し　野菜やわらか煮	うどんやわらか煮　豆腐のくず煮　かぼちゃの煮付
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁
前期	白身魚の野菜煮　トマト煮びたし　人参のやわらか煮	豆腐入り野菜のやわらか煮 胡瓜のくず煮　トマト	白身魚つぶし煮　キャベツ煮びたし　野菜やわらか煮	うどんのつぶし煮　豆腐のくず煮　かぼちゃつぶし煮
	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁	ミルク　果汁

1～5才	**16・30（月）**	後期	**16・30（月）**	中期	**16・30（月）**	前期	**16・30（月）**
	豆腐のあんかけ そぼろ煮　ご飯　りんご		豆腐のあんかけ そぼろ煮　りんご		豆腐のあんかけ 野菜のやわらか煮		豆腐のあんかけ 野菜のやわらか煮
	ミルク　菓子/ハロウィンクッキー		ミルク　菓子/ハロウィンクッキー		ミルク・果汁		ミルク・果汁

●離乳食の前期の主食はつぶし粥、中期はやわらか粥、後期は硬がゆです。
●当園では、園児達の発育成長の促進と生活習慣病予防に配慮して、食材の味を生かした減塩・昆布・煮干・鰹節等による味付け調理をしています
●デザートの果物は、旬の時期や鮮度等により調整します。
●未満児は 9:30 と 15:00、幼児は 15:00 におやつを食べます。
●おやつには、塩分・糖分の少ない菓子、骨ごと食べる小魚、ヨーグルト、乳酸飲料、手作りおやつ等、夏季には適時、冷菓を取り入れています。