

# 令和6年度 10月献立 北野田こども園

	28(月)	1・15・29(火)	2・16・30(水)	3・17・31(木)	4・18(金)	5・19(土)																														
献立	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・豚肉と根菜の煮物</li> <li>・チンゲン菜のソナ和え</li> <li>・みそ汁</li> <li>・パイント</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・鶏のスタミナ焼き</li> <li>・春雨サラダ</li> <li>・中華スープ</li> <li>・秋野菜カレー</li> <li>・ゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(2・30日)</li> <li>・ドライカレー</li> <li>・フルーツヨーグルト</li> <li>(16日)</li> <li>・グレープフルーツ</li> <li>・フルーツヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・鶏のから揚げ</li> <li>・キヤベツのマヨドレサラダ</li> <li>・コンソメスープ</li> <li>・みそ汁</li> <li>・りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・サバ塩焼き</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・ブロッコリーの塩昆布和え</li> <li>・みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・醤油ラーメン</li> <li>・じゃが芋の金平</li> <li>・バナナ</li> </ul>																														
◆白米	▼豚肉 大根 れんこん 人参 ほうれん草 天然だし(昆布・かつお) 砂糖 みりん 酒	▼鶏肉 ブロッコリー たけのこ 赤パプリカ 黄パプリカ いんげん 焼肉のだれ 油	(2・30日) ▼白米 豚肉 牛肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 砂糖 ごま油 塩	▼白米 (16日) ▼香薷 小松菜 かにかま 醤油 酢 砂糖 ごま油 塩	▼白米 (16日) ▼鶏肉 人参 玉ねぎ 里芋 れんこん 砂糖 塩 酒	▼白米 (16日) ▼チャーハン 玉ねぎ にんにく カレールフ ケチャップ ソース 油 スキムミルク	▼中華蓮 脇肉 玉ねぎ 人参 いんげん 砂糖 酢 ごま油 塩																													
◆おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・スクランブル</li> </ul> <p>(手作り)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・チーズ蒸しパン</li> </ul> <p>(手作り)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・パウムクーヘン</li> </ul> <p>(手作り)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・焼きそば</li> </ul> <p>(手作り)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・フルーベリージャムパン</li> </ul> <p>(手作り)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ビスコ</li> <li>・星たべよ</li> </ul>																														
◆栄養面	<table border="1"> <tr> <td>熱量 540kcal</td> <td>蛋白質 19.5g</td> <td>脂質 18.2g</td> </tr> <tr> <td>7・21(月)</td> <td>8・22(火)</td> <td>9・23(水)</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・鶏肉の甘酢ソテー</li> <li>・小松菜のり和え</li> <li>・みそ汁</li> <li>・ゼリー</li> </ul>	熱量 540kcal	蛋白質 19.5g	脂質 18.2g	7・21(月)	8・22(火)	9・23(水)	<table border="1"> <tr> <td>熱量 631kcal</td> <td>蛋白質 20.2g</td> <td>脂質 18.8g</td> </tr> <tr> <td>9・23(水)</td> <td>10(木)</td> <td>11・25(金)</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・ごはんのチーズ焼き</li> <li>・マセドアンサラダ</li> <li>・コンソメスープ</li> <li>・みかん缶</li> </ul>	熱量 631kcal	蛋白質 20.2g	脂質 18.8g	9・23(水)	10(木)	11・25(金)	<table border="1"> <tr> <td>熱量 617/650kcal</td> <td>蛋白質 16.4/16.4g</td> <td>脂質 18.6/21.3g</td> </tr> <tr> <td>9・23(水)</td> <td>10(木)</td> <td>12・26(土)</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏のうま煮丼</li> <li>・いんげんのごま和え</li> <li>・パナナ</li> <li>・みそ汁</li> <li>・オレンジ</li> </ul>	熱量 617/650kcal	蛋白質 16.4/16.4g	脂質 18.6/21.3g	9・23(水)	10(木)	12・26(土)	<table border="1"> <tr> <td>熱量 646kcal</td> <td>蛋白質 23.1g</td> <td>脂質 26.7g</td> </tr> <tr> <td>10(木)</td> <td>23.1g</td> <td>22.6g</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・あぶらけごはん</li> <li>・タラの和風あんかけ</li> <li>・里芋のごま煮</li> <li>・みそ汁</li> <li>・グレープフルーツ</li> </ul>	熱量 646kcal	蛋白質 23.1g	脂質 26.7g	10(木)	23.1g	22.6g	<table border="1"> <tr> <td>熱量 583kcal</td> <td>蛋白質 22.6g</td> <td>脂質 22.0g</td> </tr> <tr> <td>11・25(金)</td> <td>17.3g</td> <td>22.0g</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・豚肉と白菜の炒め物</li> <li>・カリフラワーのおかか和え</li> <li>・すまし汁</li> <li>・グレープフルーツ</li> </ul>	熱量 583kcal	蛋白質 22.6g	脂質 22.0g	11・25(金)	17.3g	22.0g	<ul style="list-style-type: none"> <li>・キャベツ コーン</li> <li>・玉ねぎ ベーコン</li> <li>・カリフラワー コンソメ</li> <li>・ソース 油 スキムミルク</li> <li>・フレーヌヨーグルト 砂糖</li> <li>・黄桃缶 みかん缶 ハイン缶</li> <li>・ゼリー</li> </ul>
熱量 540kcal	蛋白質 19.5g	脂質 18.2g																																		
7・21(月)	8・22(火)	9・23(水)																																		
熱量 631kcal	蛋白質 20.2g	脂質 18.8g																																		
9・23(水)	10(木)	11・25(金)																																		
熱量 617/650kcal	蛋白質 16.4/16.4g	脂質 18.6/21.3g																																		
9・23(水)	10(木)	12・26(土)																																		
熱量 646kcal	蛋白質 23.1g	脂質 26.7g																																		
10(木)	23.1g	22.6g																																		
熱量 583kcal	蛋白質 22.6g	脂質 22.0g																																		
11・25(金)	17.3g	22.0g																																		
◆おやつ	▼白米	▼白米	▼白米	▼白米	▼白米	▼白米																														
◆献立	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉 玉ねぎ 人参 板こんにゃく れんこん 中華だし 醤油 砂糖</li> <li>・小松菜 人参 ささみのり 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>・玉ねぎ 里芋 わかめ 天然だし(昆布・かつお) みそ</li> <li>・ゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼アジ 塩 酒 どろけるチーズ パセリ</li> <li>▼さつまいモ クリンピース 人参 コーン フレーントートル スキムミルク 砂糖</li> <li>▼人参 えのき 玉ねぎ コンソメ 醤油 塩 酒</li> <li>▼みかん缶</li> <li>▼ゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 芋 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼小松菜 人参 ささみのり 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼玉ねぎ 里芋 わかめ 天然だし(昆布・かつお) みそ</li> <li>▼白米</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼白米 潟島げ ちくわ 昆布だし 醤油 酒 みりん 塩</li> <li>▼白米 豆苗 醤油 砂糖 片栗粉 酒</li> <li>▼いんげん 赤かぼす 白ごま 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼白米 人参 天女 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼白米 えのき 玉ねぎ 天女 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼白米 木綿豆腐 チンゲン菜 天女 天然だし(昆布・かつお) みそ</li> <li>▼オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼鶏肉 白菜 人参 えのき エリンギ ごま油 醤油 砂糖</li> <li>▼タラ 玉ねぎ 人参 豆苗 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 酒</li> <li>▼白ごま 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼里芋 人参 天女 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼白ごま 天然だし(昆布・かつお)</li> <li>▼木綿豆腐 チンゲン菜 天女 天然だし(昆布・かつお) みそ</li> <li>▼オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・うどん 油揚げ 鶏肉 人参 玉ねぎ しめじ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 みりん 酒 塩</li> <li>▼かぼちゃ クリンピース 鶏肉 みりん 酒 片栗粉 油</li> <li>▼カリフラワー カツオ節 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖</li> <li>▼どろろ昆布 玉ねぎ ささかきごぼう 天然だし(昆布・かつお) 醤油 酒 みりん 塩</li> <li>▼バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・うどん 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ しめじ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 みりん 酒 塩</li> <li>・エスコイントマト ・薄焼きサラダ</li> </ul>																													
◆おやつ	（手作り）	（手作り）	（手作り）	（手作り）	（手作り）	（手作り）																														
◆栄養面	<table border="1"> <tr> <td>熱量 561kcal</td> <td>蛋白質 18.2g</td> <td>脂質 13.2g</td> </tr> <tr> <td>8・24(月)</td> <td>蛋白質 23.1g</td> <td>脂質 13.9g</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・いちごパンケーキ</li> <li>（手作り）</li> </ul>	熱量 561kcal	蛋白質 18.2g	脂質 13.2g	8・24(月)	蛋白質 23.1g	脂質 13.9g	<table border="1"> <tr> <td>熱量 582kcal</td> <td>蛋白質 20.3g</td> <td>脂質 13.6g</td> </tr> <tr> <td>9・24(月)</td> <td>蛋白質 18.4g</td> <td>脂質 15.2g</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・お茶漬け風おにぎり</li> <li>（手作り）</li> </ul>	熱量 582kcal	蛋白質 20.3g	脂質 13.6g	9・24(月)	蛋白質 18.4g	脂質 15.2g	<table border="1"> <tr> <td>熱量 556kcal</td> <td>蛋白質 22.5g</td> <td>脂質 16.0g</td> </tr> <tr> <td>10・1(月)</td> <td>蛋白質 18.4g</td> <td>脂質 16.2g</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・牛乳ケーキ</li> </ul>	熱量 556kcal	蛋白質 22.5g	脂質 16.0g	10・1(月)	蛋白質 18.4g	脂質 16.2g	<table border="1"> <tr> <td>熱量 596kcal</td> <td>蛋白質 22.5g</td> <td>脂質 16.0g</td> </tr> <tr> <td>10・1(月)</td> <td>蛋白質 18.4g</td> <td>脂質 16.2g</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・牛乳</li> </ul>	熱量 596kcal	蛋白質 22.5g	脂質 16.0g	10・1(月)	蛋白質 18.4g	脂質 16.2g	<table border="1"> <tr> <td>熱量 515kcal</td> <td>蛋白質 18.4g</td> <td>脂質 15.2g</td> </tr> <tr> <td>10・1(月)</td> <td>蛋白質 17.7g</td> <td>脂質 16.2g</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・エスコイントマト</li> <li>・薄焼きサラダ</li> </ul>	熱量 515kcal	蛋白質 18.4g	脂質 15.2g	10・1(月)	蛋白質 17.7g	脂質 16.2g	<p>※24日はお誕生日メニューです。前日は玄関にて掲示しています。前日は玄関にて掲示しています。予めご了承ください。</p> <p>株式会社 富善屋</p> <p>※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。</p> <p>※印はアレルギーアレルギー除去食対象です。</p> <p>※アレルギーBCは別紙メニューになります。</p> <p>※魚料理は骨なしの魚を使用しておりますが、まれに骨が入っている場合もございます。気を付けてお召し上がりください。</p>
熱量 561kcal	蛋白質 18.2g	脂質 13.2g																																		
8・24(月)	蛋白質 23.1g	脂質 13.9g																																		
熱量 582kcal	蛋白質 20.3g	脂質 13.6g																																		
9・24(月)	蛋白質 18.4g	脂質 15.2g																																		
熱量 556kcal	蛋白質 22.5g	脂質 16.0g																																		
10・1(月)	蛋白質 18.4g	脂質 16.2g																																		
熱量 596kcal	蛋白質 22.5g	脂質 16.0g																																		
10・1(月)	蛋白質 18.4g	脂質 16.2g																																		
熱量 515kcal	蛋白質 18.4g	脂質 15.2g																																		
10・1(月)	蛋白質 17.7g	脂質 16.2g																																		