



令和6年 10月 献立表



勾金保育所

曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1日	2日	3日	4日	5日
献立名		魚の野菜焼き ポテトサラダ コンソメスープ 味のり	☆きのこごはん 野菜の味噌汁 きんちゃく卵 人参の煮物	かぼちゃカレー スパゲッティサラ ダ	☆白身魚の 磯辺天ぷら おかか和え 中華スープ	運動会
おやつ		ジャムサンド 牛乳	チーズチヂミ 牛乳	コーンフレーク スティックチーズ	さつま芋蒸しパン 牛乳	
主な材料		カレー 人参 玉ねぎ きゅうり コーン 卵 じゃが芋 しめじ パプリカ ピーマン	しめじ 人参 玉ねぎ 小ねぎ 舞茸 豚 肉 油揚げ 卵 ごぼう エリンギ ニラ	合挽 人参 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり スパゲッティ コー ン しめじ じゃが芋	白身魚 青のり 人参 小松菜 玉ねぎ キャベツ えのき かつお節 ちくわ	
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
献立名	皿うどん 鶏肝煮	鶏団子と冬瓜 の春雨スープ 焼魚(鮭) 金時豆煮	豆腐ハンバーグ 酢の物 わかめの味噌汁	タンドリーチキン ひじきサラダ かきたま汁	魚のコーン焼き 納豆和え 厚揚げのすまし汁	親子丼 漬物 牛乳
おやつ	黄粉おはぎ 牛乳	小豆ホットケーキ 牛乳	とんがりコーン 牛乳	ぶどうゼリー 牛乳	ナイススティック 牛乳	果物 お菓子
主な材料	豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 生姜 ピーマン 黄粉 もち米	チキンボール 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 春雨 金時豆 小豆 卵 ホイップクリーム	鶏挽 人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり 小松菜 小ねぎ わかめ ひじき	鶏もも肉 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ 卵 えのき カレー粉 ヨーグル ト	カレー 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 納豆 厚揚げ コー ン	鶏肉 人参 玉ねぎ えのき 卵 しそたくあん
日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
献立名	スポーツ の日	魚のアンGRES 胡麻和え 豆腐の味噌汁	麻婆豆腐丼 野菜の煮物	☆チキンボール の酢豚風 マスタードポテト えのきのすまし汁	鮭のちゃんちゃん焼 ちくわの変わり揚げ コーンの中華スープ	焼きそば ウインナー 牛乳
おやつ		ソフールプレーン お菓子	お麩ラスク 牛乳	カステラ 牛乳	マカロニ黄粉 牛乳	果物 お菓子
主な材料		赤魚 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 小ねぎ 豆腐 ちくわ ごま	豚挽 人参 玉ねぎ ニラ 豆腐 さつまいも お麩 バター	チキンボール 人参 玉ねぎ ピーマン じゃが芋 えのき パプリカ	鮭 人参 しめじ 玉ねぎ キャベツ 卵 水煮大豆 ちくわ コーン マカロニ 黄粉	豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン ウインナー
日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
献立名	鶏の天ぷら ☆かぼちゃサラダ きのこの中華スープ 味のり	魚のミンチ揚げ 拌三絲 小松菜の味噌汁	☆さつまいもご飯 ☆のっぺい汁 鶏の甘辛煮	具だくさんうどん かき揚げ 金時豆煮	きのこシチュー ロールパン 焼魚(鮭)	ピラフ スープ 牛乳
おやつ	ケーキドーナツ 牛乳	スイートポテト 牛乳	ももゼリー 牛乳	ツナおにぎり 牛乳	お好み焼き 牛乳	果物 お菓子
主な材料	鶏むね肉 人参 玉ねぎ しめじ えのき 南瓜	春雨 人参 卵 玉ねぎ ピーマン ごぼ う キャベツ きゅうり ひじき 小ねぎ 小松菜 さつまいも バター	さつまいも ごぼう 人参 大根 里芋 油揚げ 豆腐 手羽元	人参 玉ねぎ さつまいも かまぼ こ なす 油揚げ わか め	ベーコン 人参 玉ねぎ じゃが芋 しめじ キャベツ エリンギ えび	ハム 人参 玉ねぎ じゃがいも コーン パセリ
日付	28日	29日	30日	31日		
献立名	春巻 切り昆布煮 かぼちゃの味噌汁	さばのみぞれ煮 味噌マヨ和え わかめのすまし汁	(誕生会) 照り焼きハンバーグ パスタ ポテト ト マト 油揚げの味噌汁	ハヤシライス マカロニサラダ		
おやつ	フレンチトースト 牛乳	みたらし団子 牛乳	ケーキ 牛乳	かぼちゃの パウンドケーキ 牛		
主な材料	豚肉 人参 ニラ ごぼう かまぼこ 水煮大豆 南瓜 小ねぎ 豆腐 卵 春雨 食パン	さば 大根 人参 玉ねぎ きゅうり キャベツ 小松菜 わかめ ちくわ 団子粉 白玉粉	合挽 人参 玉ねぎ スパゲッティ トマ ト ポテト 卵 小ねぎ 油揚げ	牛肉 人参 しめじ きゅうり マカロニ コーン 南瓜 卵		