



10月 給食献立表

(1~2歳児)



令和5年10月1日
幼保連携型認定こども園
中央文化保育園
園長 町田 美智子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	
2 月	ごはん・ポークカレー・春雨の甘酢和え・りんごジュース	豚もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 春雨 ツナフレーク	おかし	牛乳
3 火	ピザトースト・ブロッコリーのコーンサラダ・あさりのクラムチャウダー・バナナ	食パン ウインナー チーズ ブロッコリー コーン あさり	フルーツポンチ	麦茶
4 水	ごはん・和風炒り豆腐包み焼き・切り干し大根の炒め煮・わかめのみそ汁	和風炒り豆腐包み焼き 人参 切り干し大根 油揚げ 塩蔵わかめ	おかし	牛乳
5 木	ふわ玉塩ラーメン・ウインナー・元気ヨーグルト	中華麺 鶏卵 キャベツ なるど ほうれん草 人参 ウインナー	スナックスティック	牛乳
6 金	納豆ごはん・赤魚の塩焼き・五目きんぴら・なめこ汁	納豆 赤魚切身 れんこん水煮 ピーマン なめこ 木綿豆腐	いちごレアチーズ	マスカット ジュース
7 土	ごはん・高野豆腐の卵とじ・無限ほうれん草サラダ・油揚げのみそ汁	高野豆腐 鶏卵 玉ねぎ ほうれん草 油揚げ しめじ	おかし	牛乳
9 月	ス ポ ー ツ の 日			
10 火	★10月10日 目の愛護デー ごはん・なすのそぼろ煮・かぼちゃのチーズ焼き・せんざりみそ汁	なす 鶏挽肉 長ねぎ かぼちゃ チーズ キャベツ 油揚げ	型抜きブルーベリー ジャムサンド	牛乳
11 水	《誕生会》 ケチャップライス・恐竜ナゲット・キャベツのジュリアンサラダ 豆腐のコンソメスープ・りんごゼリー	ウインナー ナゲット 人参 キャベツ ロースハム 木綿豆腐	チョコバナナ	牛乳
12 木	ごはん・たらの煮付け・チンゲン菜の納豆和え・さつま汁	たら切身 チンゲン菜 納豆 さつまいも 鶏もも肉 糸こんに	おかし	いちご オレ
13 金	和風スパゲッティー・チキンコンソメジュリアン・ヨーグルトポンチ	スパゲッティー ベーコン 鶏もも肉 キャベツ セロリ	スイートブレッド	牛乳
14 土	ごはん・生揚げのみそ煮・もやしのゆかり和え・かき玉汁	生揚げ キャベツ もやし 鶏卵 ほうれん草 しじみ	おかし	牛乳
16 月	ごはん・トマトクリームシチュー・チーズマカロニサラダ・オレンジジュース	鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト缶 マカロニ	おかし	牛乳
17 火	チョコサンド・スパニッシュオムレツ・白菜のコールスロー・ミートボールポトフ	食パン 鶏卵 じゃがいも 白菜 肉団子 大根 しめじ	わかめおにぎり	麦茶
18 水	ごはん・あじの蒲焼き・すき昆布の炒め煮・きのこのみそ汁	あじ切身 すき昆布 人参 糸こんに 白菜 えのき 長ねぎ	おかし	ヤクルト
19 木	担々うどん・揚げギョーザ・ぶどうヨーグルト	うどん 鶏挽肉 キャベツ 人参 長ねぎ ギョーザ	クロワッサン	牛乳
20 金	三色そぼろ丼・青のりポテト・けの汁	鶏挽肉 錦糸卵 ほうれん草 じゃがいも 大根 ふき水煮	型抜きチーズ	りんご ジュース
21 土	ごはん・麻婆春雨・豆腐サラダ・はんぺんのみそ汁	豚挽肉 長ねぎ 春雨 きゅうり 木綿豆腐 はんぺん しめじ	おかし	牛乳
23 月	ごはん・キーマカレー・わかめの酢の物・野菜ジュース	豚挽肉 じゃがいも 玉ねぎ 塩蔵わかめ ツナフレーク	おかし	牛乳
24 火	パンズパン・照焼きハンバーグ・フライドポテト・ミネストローネ	バターロール ハンバーグ フライドポテト トマト缶	いちごババロア	麦茶
25 水	ごはん・お好み焼き風卵焼き・ひじきの炒め煮・若竹みそ汁	鶏卵 ちくわ キャベツ 人参 ひじき 糸こんに たけのこ水煮	おかし	ヨーグル ジョイ
26 木	あんかけ焼きそば・かに玉中華スープ・フルーチェ	中華麺 豚もも肉 白菜 カニカマ 鶏卵 ほうれん草	チョコチップ メロンパン	牛乳
27 金	ふりかけごはん・さけのカレーフリッター・チキンサラダ・春雨スープ	さけ切身 鶏ささみ キャベツ トマト 春雨 ロースハム	枝豆チーズいも餅	牛乳
28 土	ごはん・肉豆腐・小松菜の塩昆布和え・ふわ玉みそ汁	焼き豆腐 豚肩ロース肉 人参 小松菜 鶏卵 塩蔵わかめ	おかし	牛乳
30 月	ごはん・チキンブラウンシチュー・チーズスパゲッティーサラダ・ぶどうジュース	鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ チーズ スパゲッティー	おかし	牛乳
31 火	★ハロウィンメニュー おばけピラフ・パンプキングラタン ブロッコリーの彩りサラダ・わかめのかき玉スープ	鶏もも肉 かぼちゃ チーズ ブロッコリー 鶏卵 塩蔵わかめ	プリン	麦茶
<ねらい> ・箸・フォーク・スプーンの正しい持ち方と食事に合わせた使い方を知る。				



※ 毎日午前のおやつとしてお菓子（月に1回はゼリー）と麦茶（月に2回はヤクルト）を提供しています。
※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。