

給食献立表

令和 6年 10月

ルンビニ保育園

日	曜	献立名	主な材料名	離乳食 1歳未満児	おやつ 午後	手作り
1	火	根菜豆乳スープ ナムル バナナ	鶏肉 豆腐 ベーコン じゃが芋 にんじん 玉ねぎ れんこん ほうれん草 もやし ワカメ コーン バナナ	鶏野菜煮	昆布と大豆 おにぎり ミロ	★
2	水	マーボーナス 卵焼き パイン	豚肉 卵 ナス にんじん 玉ねぎ 生姜 ネギ 青のり パイン	鶏スープ	手作りヨーグルト ビスケット	★
3	木	キノコの子キンカレー フレークサラダ キウイ	フレーク 鶏肉 ハム シメジ エノキ マイタケ にんじん 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり ブロッコリー りんご キウイ	鶏じゃが	パン 小魚 ミロ	
4	金	ムニエル魚のキノコソース ワカメ酢の物 オレンジ	魚 かまぼこ 玉ねぎ シメジ エノキ しいたけ ネギ ワカメ きゅうり コーン オレンジ	鶏磯煮	卵と野菜の おにぎり 豆乳	★
5	土	チキン丼 バナナ	米 鶏肉 にんじん 玉ねぎ シメジ ネギ のり バナナ	鶏野菜煮	お菓子 豆乳	
7	月	オープンオムレツ じゃこ和え オレンジ	ベーコン 卵 しらす じゃが芋 ミックスベジタブル ほうれん草 キャベツ きゅうり にんじん わかめ コーン オレンジ	鶏じゃが	ミネラルおにぎり (たくあん)豆乳	★
8	火	鶏から揚げ お芋サラダ なし	鶏肉 ハム さつまいも にんじん きゅうり コーン なし	鶏芋煮	ツナマヨ野菜 おにぎり ミロ	★
9	水	豆腐キノコあんかけ 柿なます キウイ	豆腐 鶏肉 にんじん 玉ねぎ エリンギ シメジ エノキ ネギ 大根 ほうれん草 柿 キウイ	豆腐大根煮	いがり坊や	★
10	木	カレー焼き魚 おかか和え バナナ	魚 カニカマ 玉ねぎ にんじん コーン ほうれん草 ブロッコリー キャベツ ワカメ バナナ	鶏野菜 スープ	パン こんぶ ミロ	
11	金	豚汁 マカロニサラダ オレンジ	パスタ 豚肉 豆腐 ハム 大根 にんじん さつまいも ごぼう 白菜 ねぎ きゅうり コーン レーズン オレンジ	鶏五目汁	ひじきたくあん おにぎり 豆乳	★
12	土	❀遠足❀				
15	火	五目スープ ピザポテト オレンジ	ギョウザ皮 鶏肉 豆腐 ベーコン チーズ にんじん 白菜 しいたけ じゃが芋 ミックスベジタブル オレンジ	鶏ポタージュ	ミネラルおにぎり (のり)豆乳	★
16	水	豆腐チャンプル スパサラダ キウイ	パスタ 豚肉 豆腐 卵 玉ねぎ にんじん たらこ きゅうり ブロッコリー レーズン コーン トマト キウイ	豆腐スープ	レーズンクッキー	★
17	木	★お誕生会★オムライス かぼちゃスープ 油淋鶏 根菜サラダ なし	米 鶏肉 卵 ちくわ にんじん 玉ねぎ ピース カボチャ ねぎ レンコン ごぼう パセリ きゅうり トマト コーン なし	鶏根菜 スープ	パン プリン	
18	金	みぞれ煮魚 柿白和え オレンジ	魚 ちくわ 豆腐 大根 ほうれん草 白菜 にんじん 柿 オレンジ	豆腐汁	お芋おにぎり 豆乳	★
19	土	三色丼 バナナ	米 合挽き にんじん 玉ねぎ シメジ ピース バナナ	鶏野菜煮	お菓子 豆乳	
21	月	きのこのキッシュ 野菜の甘辛揚げ オレンジ	鶏肉 卵 大豆 シメジ ブロッコリー にんじん ごぼう 里芋 にんじん ナス オレンジ	鶏きのこ煮	ミネラルおにぎり (しらす)豆乳	★
22	火	チンゲン菜とお芋シチュー 大根サラダ なし	鶏肉 ハム さつまいも にんじん 玉ねぎ チンゲン菜 大根 ワカメ きゅうり コーン なし	鶏芋 スープ	納豆みそ おにぎり ミロ	★
23	水	豆腐ステーキ ポパイサラダ キウイ	豆腐 ベーコン ほうれん草 にんじん きゅうり キャベツ コーン キウイ	豆腐野菜煮	マドレーヌ	★
24	木	キノコ汁 お好み焼き バナナ	豚肉 卵 豆腐 エビ エノキ しいたけ シメジ まいたけ エリンギ ナメコ 長芋 もやし キャベツ ネギ バナナ	豆腐スープ	パン スルメ ミロ	
25	金	白身魚の落とし揚げ にんじんサラダ オレンジ	魚 ハム 長芋 ネギ にんじん きゅうり わかめ コーン オレンジ	鶏にんじん	ワカメ卵おにぎり 豆乳	★
26	土	ミートソースパスタ バナナ	パスタ 合挽き ナス マッシュルーム にんじん 玉ねぎ バナナ	鶏根菜煮	お菓子 豆乳	
28	月	ほうれん草と卵のグラタン 海草サラダ オレンジ	マカロニ 鶏肉 卵 チーズ カマボコ ほうれん草 玉ねぎ ワカメ きゅうり にんじん レタス コーン オレンジ	鶏アカロニ	ミネラルおにぎり (もろみ)豆乳	★
29	火	ワカメとナスのみそ汁 お芋コロッケ キウイ	合びき 卵 豆腐 さつまいも 玉ねぎ ワカメ ナス ねぎ ブロッコリー キウイ	豆腐うま煮	キンピラおにぎり ミロ	★
30	水	【咀嚼の日】 チキンごぼう 切干サラダ りんご	鶏肉 ハム ごぼう にんじん 切干大根 きゅうり ワカメ りんご	鶏炒り煮	手作りヨーグルト フルーツ	★
31	木	飛鳥汁 カボチャサラダ バナナ	鶏肉 豆腐 豆乳 じゃが芋 玉ねぎ ねぎ チーズ カボチャ きゅうり にんじん レーズン レタス バナナ	豆腐かぼちゃ 煮	きのこおにぎり 豆乳	★

☆24日は青組さんクッキングでお好み焼きを作ります。爪を短く切ってエプロン、マスクを持ってきてください。

☆30日は咀嚼の日です。噛む事を意識して1口30回噛んでみましょう。

☆今月の食育は『きのこ』です。秋はたくさんのきのこがとれ、色も形もさまざまです。知っているキノコがあるかな？給食でたくさんのキノコをいただきます。



