




# 10月の給食



社会福祉法人 今川学園  
今川学園 園長 篠瀬 実千

献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	献立	食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	
1	木	みそ煮込みうどん ちくわの磯辺揚げ れんこん入りきんぴらごぼう	うどん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・かまぼこ・淡口醤油・みそ・だし ちくわ・青のり・小麦粉・油 れんこん・ごぼう・人参・こんにゃく・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油・ごま油	ベジタブル せん	もも缶	きな粉おはぎ (米・もち米・ きなこ・きび糖・塩) 幼児牛乳	17	土	おにぎり(鮭・ごま塩) 豚肉とキャベツのみそ炒め(土曜日) ほうれん草のお浸し②	米・鮭ピン・ごま塩 豚肉・絹揚げ・キャベツ・人参・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・油 ほうれん草・しめじ・だし・醤油	ミニわかめ ちゃん	ミニゼリー	ぱりんこ 幼児牛乳
2	金	ご飯 鱈のあんかけ 春雨サラダ ★ほうれん草とかぼちゃのみそ汁	米 鱈・片栗粉・油<ソース>玉ねぎ・えのき・人参・ピーマン・醤油・砂糖・みりん・片栗粉・だし 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 かぼちゃ・ほうれん草・みそ・だし	ミニわかめ ちゃん	パイ缶	満月ボン 幼児牛乳	19	月	ビーフカレー ブロッコリーのおかか和え みかん缶ヨーグルト(さっぱり風味)	米・牛肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・カレールウ・スキムミルク・油 ブロッコリー・コーン・かつお節・濃口醤油 みかん缶・ブルガリアヨーグルト・砂糖・レモン汁	きなこ せんべい	もも缶	ココナッツサブレ 幼児牛乳
3	土	おにぎり(ゆかり・わかめ) 吉野煮2 三度豆のおかか和え(土曜)	米・ゆかり・混ぜるわかめ 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・ごぼう・がんも・こんにゃく・淡口醤油・酒・砂糖・みりん・片栗粉・だし・油 三度豆・人参・おかか・醤油	こめ棒くん	ミニゼリー	芋けんぴ 幼児牛乳	20	火	麻婆丼 海藻サラダ 中華風コンソープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・ねぎ・砂糖・淡口醤油・みそ・ケチャップ・片栗粉・油 海藻ミックス・大根・キャベツ・醤油・ごま油・酢・みりん・砂糖 コーンクリーム缶・卵・青ねぎ・鶏ガラ・片栗粉・塩	木葉 せんべい	パイ缶	りんごすていっく 幼児牛乳
5	月	ご飯 牛肉の甘みそいため ブロッコリーの梅肉和え 麩とわかめのみそ汁	米 牛肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・油・みそ・酒・白ごま・砂糖・醤油・ごま油 ブロッコリー・豆苗・梅肉・ボン酢・おかか 麩・わかめ・ねぎ・みそ・だし	きなこ せんべい	いちご ヨーグルト	サッポロポテト 幼児牛乳	21	水	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草と人参のお浸し 白菜ベーコンスープ	米 豚肉・土生姜・もやし・玉ねぎ・りんご・酒・みりん・醤油・油 ほうれん草・人参・だし・醤油 白菜・ベーコン・人参・鶏ガラ	ふわふわ チップ	ミニゼリー	アンパンマンのソフトせん 幼児牛乳
6	火	とうもろこしご飯 鶏肉の塩麹焼き ひじきの煮物 もやしとなすのすまし汁	米・コーン・塩・酒 鶏肉・塩麹 ひじき・糸こんにゃく・うす揚げ・人参・だし・砂糖・みりん・醤油・ごま油 もやし・なす・ねぎ・醤油・だし	木葉 せんべい	おさかな ソーセージ	ビスコ 幼児牛乳	22	木	米粉パン ★野菜コロッケ 三度豆のごま和え 小松菜と春雨のスープ	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 馬鈴薯・野菜パン粉・小麦粉・玉ねぎ・人参・パン粉・小麦粉加工品・とうもろこし・砂 糖・さやいんげん・でん粉・ラード・食塩・たん白加水分解質・調味料(アミノ酸等)・着 色料(バフリカ粉末)・増粘多糖類・水 三度豆・人参・すりごま・濃口醤油 春雨・小松菜・片栗粉・鶏ガラスープ	おさつで ボン	ミニゼリー (乳児) フルーツゼリー (幼児)	源氏パイ 幼児牛乳
7	水	ご飯 赤魚の煮付け 千切大根のりごま和え 豚汁	米 赤魚・生姜・淡口醤油・酒・みりん・砂糖 千切大根・人参・キャベツ・醤油・マヨネーズ・刻みのり・ごま 豚肉・大根・白菜・人参・こんにゃく・みそ・だし・ごま油	おさつで ボン	スティック チーズ	りんご 幼児牛乳	23	金	ご飯 鶏の唐揚げ キャベツとハムのサラダ 呉汁	米 鶏肉・生姜・にんにく・塩・米粉・片栗粉・油 キャベツ・ハム・アスパラ・オリーブオイル・醤油・酢 大根・ごぼう・人参・里芋・板こんにゃく・大豆水煮・ねぎ・みそ・だし・油	星っこ	ブルーベリ ヨーグルト	ポップコーン 幼児牛乳
8	木	ピビンパ丼 豆苗の彩りナムル わかめスープ	米・醤油・酒・豚ひき肉・豆腐・生姜・にんにく・砂糖・油・人参・ほうれん草・もやし・ごま油・刻みのり 豆苗・人参・エリンギ・濃口醤油・酢・ごま油 わかめ・春雨・鶏ガラ	ふわふわ チップ	みかん缶	ふかし芋 (さつまいも) 幼児牛乳	24	土	豚みそ丼2 野菜ゼリー	米・豚肉・糸こんにゃく・干しいたけ・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・片栗粉・ごま油 野菜ゼリー	ソフトな 塩せん	/	塩味せんべい 幼児牛乳
9	金	雑穀ご飯 肉じゃが ほうれん草の磯和え なめこ豆腐のみそ汁	米・雑穀 牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・砂糖・みりん・淡口醤油・だし汁・油 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油 なめこ・豆腐・青ねぎ・みそ・だし	星っこ	ミニゼリー	ポンスケ 幼児牛乳	26	月	ご飯 バーベキューチキン ほうれん草の梅焼き和え なめこ豆腐のすまし汁	米 鶏肉・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 ほうれん草・梅焼き・砂糖・醤油・だし なめこ・豆腐・青ねぎ・醤油・だし	米粉ロール クッキー かぼちゃ味	みかん缶	ファイバーヨーグルト 幼児牛乳
10	土	肉野菜あんかけ丼 りんごゼリー	米 木綿豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ニラ・片栗粉・醤油・酒・砂糖・みりん・だし・油 りんごゼリー	紫芋チップ	/	ぼたぼた焼き 幼児牛乳	27	火	ご飯 ミニおでん 小松菜の納豆和え わかめと玉ねぎのみそ汁	米 鶏肉・じゃが芋・絹揚げ・大根・人参・平天・こんにゃく・砂糖・酒・淡口醤油・みりん・だし 小松菜・納豆・醤油 わかめ・玉ねぎ・みそ・だし	ベジタブル せん	おさかな ソーセージ	ぼたぼた焼き するめ(幼児) 幼児牛乳
12	月	親子丼 ハリハリサラダ うす揚げと白菜のみそ汁	米・鶏もも肉・玉ねぎ・人参・しめじ・三つ葉・卵・醤油・砂糖・みりん・だし・片栗粉 千切大根・ツナ缶・人参・三度豆・マヨネーズ うす揚げ・白菜・ねぎ・みそ・だし	米粉ロール クッキー	もも缶	マシュマロおこし (コーンフレーク・ マシュマロ・バター) 幼児牛乳	28	水	さつまいもご飯 鮭の塩麹焼き きのこのマリネ 冬瓜と三度豆のすまし汁	米・さつまいも・塩 鮭・塩麹 しめじ・えりんぎ・まいたけ・えのき・だし・醤油・酢・オリーブオイル・パセリ 冬瓜・三度豆・淡口醤油・だし	おかか せんべい	スティック チーズ	柿 幼児牛乳
13	火	ご飯 ★鱈のごま照り焼き 大豆の五目煮 冬瓜と三つ葉のすまし汁	米 鱈・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 大豆・ごぼう・人参・板こんにゃく・干し椎茸・ひじき・絹揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・だし・油 冬瓜・三つ葉・淡口醤油・だし	ソフトな 塩せん	キウイ	さやえんどう 幼児牛乳	29	木	えび玉ラーメン 春巻き 千切大根のマヨ和え	中華めん・むき海老・卵・人参・もやし・竹の子・しいたけ・青ねぎ・酒・ウェイパー・醤油・片栗粉・ごま油 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 千切大根・人参・ハム・マヨネーズ・プレーンヨーグルト・レモン汁	紫芋チップ	ミニゼリー	おにぎり (枝豆こんぶ) (米・枝豆・塩こんぶ) 幼児牛乳
14	水	ご飯 チキン南蛮 ブロッコリーのごま和え もすくのすまし汁	米 鶏肉・酒・塩・小麦粉・油<ソース>玉ねぎ・卵・マヨネーズ・だし・淡口醤油・みりん・砂糖・片栗粉 ブロッコリー・コーン・ごま・醤油 もすく・玉ねぎ・ねぎ・醤油・だし	野菜入り ソフトせん	ミニゼリー	どらやき (薄力粉・卵・砂糖・蜂蜜・ みりん・重曹・こしあん) 幼児牛乳	30	金	米粉パン かぼちゃのミートグラタン ブロッコリーのじゃこ和え ほうれん草とコーンのスープ	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 牛ひき肉・豚ひき肉・玉ねぎ・トマトケチャップ・かぼちゃ・米粉・バター・油・塩・にんにく・ウスター ブロッコリー・じゃこ・淡口醤油・ごま油 ほうれん草・コーン・鶏ガラスープ		野菜入り ソフトせん	もも缶 幼児牛乳
15	木	ご飯 鰯のパン粉焼き マカロニサラダ きのこスープ	米 鰯・パン粉・塩・こしょう・粉チーズ・酒・にんにく・パセリ・オリーブオイル マカロニ・人参・コーン・きゅうり・マヨネーズ・レモン汁・塩・こしょう しめじ・えのき・干し椎茸・鶏ガラ・パセリ	おかか せんべい	ベビー ダノン	牛乳かりんとう 幼児牛乳	31	土	豚ひき肉の春雨丼(土曜) みかんゼリー	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・鶏ガラスープ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 みかんゼリー	ひじき あられ	/	星食べよ 幼児牛乳
16	金	ご飯 炒り鶏 オクラの土佐和え さつま芋と玉ねぎのみそ汁	米 鶏肉・人参・ごぼう・三度豆・里芋・干し椎茸・板こんにゃく・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油・だし オクラ・人参・きゅうり・かまぼこ・淡口醤油・かつお節 さつま芋・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし	ひじき あられ	みかん缶	ツナマヨクラッカー (クラッカー・ツナ缶・ マヨネーズ・パセリ) 幼児牛乳	<p>※1才未満児には蜂蜜は提供しません。</p> <p>今月の郷土料理は鹿児島県の呉汁です。大豆を水に浸し、すりつぶしたものを「呉」といい、「呉」のみそ汁に入れたものを呉汁といいます。大豆の他にもたくさん野菜が入った呉汁は栄養価がとても高く鹿児島県では古くから親しまれています。大豆には子供の脳に重要なたんぱく質が沢山含まれています。水煮大豆でも代用できるので、是非おうちでも作ってみてください！</p> <p>※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1〜2歳児のみの提供です。 ※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。</p>						