10　月　の　給　食

社会福祉法人　今川学園
今川学園　園長　篠瀬　実千代

		献立	食材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー
2	月	親子うどん かきあげ 三度豆のおかか和え	うどん・鶏肉・うす揚げ・かまぼこ・青ねぎ・卵・だし・淡口醤油・みりん 玉ねぎ・さつま芋・人参・乾しらす・小麦粉・ベーキングパウダー・塩・油 三度豆・おかか・淡口醤油	カルシウムせん	ミニゼリー	フルーツヨーグルト（手作り）	乳児 448kcal 幼児 546 kcal
3	火	ご飯 筑前煮 ほうれん草のごま和え さつまいもとうす揚げのみそ汁	米 鶏肉・人参・ごぼう・れんこん・ちくわ・板こんにゃく・里いも・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 ほうれん草・すりごま・淡口醤油・だし さつまいも・うす揚げ・だし・みそ	あずきおかき	ベビーダノン	カリポテ	乳児 463 kcal 幼児 557 kcal
4	水	ご飯 さばの塩焼き ブロッコリーのごま和え 呉汁	米 さば・塩 ブロッコリー・すりごま・淡口醤油 ごぼう・板こんにゃく・人参・大根・里いも・ねぎ・大豆水煮・みそ・油	畑のクラッカー	おさかなのソーセージ	月見お芋さんだんご（手作り）	乳児 474 kcal 幼児 533 kcal
5	木	ご飯 厚揚げと豚肉の炒め煮 ハリハリサラダ 白菜の野菜スープ	米 厚揚げ・豚肉・ピーマン・人参・エリンギ・生姜・ごま油・砂糖・濃口しょうゆ・酒・鶏ガラスープ・片栗粉 千切大根・ツナ缶・人参・三度豆・マヨネーズ 白菜・えのき・人参・コンソメ	りんごジャムサンド	バナナ	ごぼうスナック	乳児 439 kcal 幼児 470 kcal
6	金	ご飯 照り焼きチキン 小松菜とうす揚げのカリカリサラダ ウインナーと野菜のスープ	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・淡口醤油・片栗粉 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油 ウインナー・人参・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆・コンソメ	ミニぼんえびせん	スティックチーズ	国産桃ゼリー	乳児 430 kcal 幼児 491 kcal
7	土		運動会				
9	月		体育の日				
10	火	ベアロール おからナゲット 三度豆とツナのサラダ ふわふわスープ	ベアロール（パン） 乾燥おから・豚ひき肉・玉ねぎ・じゃがいも・酒・みりん・淡口醤油・塩・片栗粉・油 三度豆・ツナ缶・マヨネーズ ベーコン・卵・じゃがいも・玉ねぎ・小松菜・人参・コンソメ・パン粉	ココナッツクリームサンド	みかん缶	麩のラスク（手作り）	乳児 441 kcal 幼児 450 kcal
11	水	ご飯 鶏と大根の五目煮 もやしときゅうりのナムル にら玉スープ	米 鶏肉・大根・人参・厚揚げ・干し椎茸・板こんにゃく・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 もやし・きゅうり・淡口醤油・酢・ごま油 にら・卵・コンソメ	のりチップス	おさかなのソーセージ	ファイバーヨーグルト	乳児 464 kcal 幼児 536 kcal
12	木	ご飯 鮭のチーズ焼き ブロッコリーの塩昆布和え 豚汁	米 鮭・トマト・チーズ・塩・こしょう・パセリ ブロッコリー・塩昆布・ごま油 豚肉・大根・白菜・人参・板こん・だし・みそ	おさつでポン	バナナ	ムーンライト	乳児 433 kcal 幼児 545 kcal
13	金	五目ラーメン 春巻き キャベツとカニカマのサラダ	中華そば・豚肉・ちくわ・卵・ほうれん草・人参・もやし・椎茸・酒・ウエイパー・淡口醤油・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 キャベツ・カニカマ・コーン・にんじんドレッシング	カルテツいわしおかき	ミニゼリー	ミニクリームパン	乳児 439 kcal 幼児 545 kcal
14	土	ミニストロベリーツイスト バナナ 鶏と野菜のスープ 牛乳	ミニストロベリーツイスト（パン） バナナ 鶏肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆・コンソメ 牛乳	星っこ		源氏パイ	乳児 473 kcal 幼児 563 kcal
16	月	ご飯 ポークビーンズ ほうれん草のごま和え レタススープ	米 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆水煮・トマト水煮・酒・砂糖・淡口醤油・ケチャップ・油 ほうれん草・すりごま・淡口醤油・だし レタス・人参・コンソメ	お徳用きなこせんべい	ブルーベリーヨーグルト	マシュマロおこし（手作り）	乳児 444 kcal 幼児 517 kcal
17	火	ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜の納豆和え えのきと豆苗のみそ汁	米 鶏肉・土生姜・にんにく・酒・みりん・淡口醤油・小麦粉・片栗粉・油 小松菜・納豆・醤油 えのき・豆苗・だし・みそ	にんじんかぼちゃあられ	バナナ	チョイス	乳児 423 kcal 幼児 500 kcal
18	水	ご飯 白身魚の煮付け チャプチェ じゃがいもとわかめのみそ汁	米 からすかれい・酒・砂糖・醤油・みりん 牛肉・人参・春雨・ほうれん草・干し椎茸・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 じゃがいも・わかめ・だし・みそ	マンナウエファー	おさかなのソーセージ	牛乳かりんとう	乳児 444 kcal 幼児 546 kcal
19	木	ご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ 大根となめこのみそ汁	米 豚肉・土生姜・もやし・玉ねぎ・酒・みりん・淡口醤油 かぼちゃ・ヨーグルト・マヨネーズ・塩 大根・なめこ・だし・みそ	ひじきスティック	もも缶	エントリー	乳児 432 kcal 幼児 553 kcal
20	金	三色丼 春雨梅焼きサラダ 野菜たっぷりのみそ汁	米・鶏ひき肉・卵・三度豆・砂糖・淡口醤油 春雨・梅焼き・きゅうり・すりごま・砂糖・酢・淡口醤油・ごま油 なす・じゃがいも・油揚げ・小松菜・人参・だし・みそ	木葉せんべい	スティックチーズ	ココナッツサブレ	乳児 448kcal 幼児 552 kcal
21	土	麻婆丼 カニスパサラダ 牛乳	米・豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・青ねぎ・砂糖・淡口醤油・みそ・ケチャップ・豆板醤・片栗粉 スパゲティ・カニカマ・きゅうり・コーン缶・マヨネーズ・塩・こしょう 牛乳	紫いもチップ	ミニゼリー	ぽたぽた焼き	乳児 425kcal 幼児 571 kcal
23	月	白いパン／カスタードクリーム 野菜コロッケ 大豆サラダ ミネストローネ	白いパン／カスタードクリーム じゃが芋・玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース・砂糖・塩・パン粉・小麦粉・油（乳成分由来原材料を含む） 大豆水煮・キャベツ・きゅうり・人参・淡口醤油・マヨネーズ マカロニ・ウインナー・ブロッコリー・玉ねぎ・トマトピューレ・コンソメ・砂糖	おからチップ	いちごヨーグルト	コーンフレーク 牛乳	乳児 455 kcal 幼児 492 kcal
24	火	ご飯 鮭のバターしょうゆ焼き 小松菜としめじのおひたし **★ちゃんこ汁**	米 白鮭・濃口醤油・みりん・有塩バター 小松菜・しめじ・もやし・だし・淡口醤油・おかか 豚肉・たけのこ水煮・つきこんにゃく・キャベツ・青ねぎ・人参・玉葱・もやし・焼き蒲鉾・味噌・中華ブイヨン・醤油・こしょう	にぎにぎボーロ	バナナ	マカロニきなこ（手作り）	乳児 464 kcal 幼児 552 kcal
25	水	いもごはん 鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草の白和え かき玉汁	さつまいも・米・塩 鶏肉・白ねぎ・しょうが・酒・醤油・砂糖・レモン汁 ほうれん草・人参・糸こんにゃく・豆腐・すりごま・だし・砂糖・淡口醤油 卵・三つ葉・淡口醤油・片栗粉・だし	やおやさんカステラ	おさかなのソーセージ	りんご	乳児 441 kcal 幼児 498 kcal
26	木	ハヤシライス ブロッコリーとハムのサラダ キャベツの野菜スープ	米・牛肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参・ハヤシルウ・油 ブロッコリー・ハム・コーン缶・フレンチドレッシング キャベツ・人参・えのき・コンソメ	ミニポン小魚	ベビーダノン	えびせんべい満月	乳児 474 kcal 幼児 594 kcal
27	金	森のきのこのスパゲティ ごぼうサラダ クラムチャウダー	スパゲティ・鶏肉・玉ねぎ・しめじ・舞茸・えのき・青しそ・ブイヨン・淡口醤油 ささがきごぼう・きゅうり・コーン缶・カニカマ・すりごま・淡口醤油・マヨネーズ ベーコン・玉ねぎ・じゃがいも・人参・チャウダーの素・スキムミルク	ミニのりすけ	ミニゼリー	ワッフル ココア	乳児 446 kcal 幼児 578 kcal
28	土	ミニ黒糖ツイスト バナナ 鶏と野菜のスープ（カレー風味 牛乳	ミニ黒糖ツイスト（パン） バナナ 鶏肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆・コンソメ・カレー粉 牛乳	カルシウム＆テツウェハース		豆乳ラスク	乳児 451 kcal 幼児 485 kcal
30	月	ご飯 ひじき入りつくね照り焼き 高野豆腐の卵とじ 玉ねぎとうす揚げのみそ汁	米 鶏ミンチ・おから・ひじき・玉ねぎ・人参・生椎茸・片栗粉・油・土生姜・薄口醤油・砂糖・みりん・片栗粉 高野豆腐・卵・三度豆・だし・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 玉ねぎ・うす揚げ・だし・みそ	鉄入りたっぷりしらすくん	スティックチーズ	鬼まんじゅう（手作り）	乳児 502 kcal 幼児 585 kcal
31	火	ご飯 野菜のごまみそ煮 三度豆と春雨のサラダ **★船場汁**	米 豚肉・大根・人参・里いも・干し椎茸・板こんにゃく・だし・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・ねりごま 三度豆・春雨・すりごま・淡口醤油・マヨネーズ 鯖・青ねぎ・えのき茸・大根・土生姜・人参・醤油・淡口醤油・塩・料理酒・だし	こめおこし	ミニゼリー	まがりせんべい	乳児 472 kcal 幼児 605kcal

※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつは、1～3歳児。乳児デザートは、1歳児と2歳児のみの提供となります。
※乳児には午前と午後のおやつに牛乳を提供します。ただし献立により、午後の牛乳は提供しない時がありますので、午後のおやつの献立表をご確認ください。幼児は、昼食時に牛乳を提供しています。
※エネルギーの目標値は　乳児：464 kcal　幼児：511 kcal　です。エネルギーは、昼食・おやつ・牛乳の合計値です。

“今月の郷土料理”「船場汁」～大阪～

船場汁は、塩さばと大根などの野菜類を煮込んで作る澄まし汁の1つで、大阪の問屋街である船場が発祥の地です。別名「船場煮」とも呼ばれています。
かつて、船場で働く従業員が食べていた料理が発祥とされ、時間をかけずに簡単に作れて魚のアラまで使うためムダがなく安い単価で食べられる事などから、忙しい船場での問屋街で親しまれて定着していったそうです。