

10月 給食献立(乳児・幼児食)



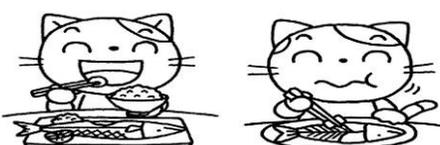
今月の平均給与栄養量				
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
1~2歳児	503kcal	17.9g	14.5g	1.2g
3~5歳児	546kcal	19.8g	14.4g	1.5g

2024年度 ココアンジュ新家

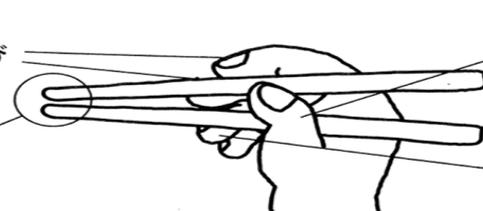
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
1 15 29	火	お茶 野菜クラッカー	ご飯 豚肉の彩り炒め ブロッコリーの昆布和え 味噌汁	お茶 きな粉団子	豚肉・揚げ 味噌 絹ごし豆腐 きな粉	玉ねぎ・ピーマン ブロッコリー 塩昆布 わかめ・ねぎ	米・ごま油・三温糖 しょうゆ・片栗粉 白玉粉 上新粉
2 16 30	水	牛乳 ぼたぼた焼	ご飯 鶏の唐揚げ 大根なます 味噌汁	牛乳 プレーンクッキー	鶏肉 味噌 牛乳	しょうが・にんにく・ブロッコリー 大根・きゅうり 人参・小松菜 玉ねぎ・ねぎ	米・しょうゆ・みりん 小麦粉・片栗粉・植物油 塩・酢・三温糖 無塩バター
3 17	木	牛乳 バナナ	きのこの炊き込みごはん 肉うどん さつま芋のレモン煮	牛乳 りんごジュースゼリー	揚げ 牛肉 牛乳	しめじ まいたけ・人参 玉ねぎ・ねぎ レモン	米・酒・みりん・塩 しょうゆ・うどん・さつま芋 三温糖・アガー アップルジュース
31	木	牛乳 バナナ	ご飯 おぼけハンバーグ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	牛乳 かぼちゃマフィン	合挽きミンチ・豚ミンチ 鶏ミンチ・木綿豆腐 豆乳・コンソメ 牛乳・鶏卵	玉ねぎ・ケチャップ グリーンピース・ブロッコリー 人参・コーン パセリ・かぼちゃ	米・パン粉・塩・マヨネーズ シューストポテト・植物油 和風ドレッシング・小麦粉 上白糖・無塩バター
4	金	牛乳 ハッピーターン	ご飯 さわらの西京焼き ほうれん草の和え物 すまし汁	牛乳 大学かぼちゃ	さわら 白味噌 牛乳	きざみ生ゆず・インゲン ほうれん草 人参・大根 ねぎ・かぼちゃ	米・三温糖 酒・みりん しょうゆ・塩 植物油・黒ごま
5 19	土	牛乳 たべっこベイビー	中華丼 中華スープ	お茶 ぱりんこ ラムネ	豚肉 チキンスープ	玉ねぎ・人参 白菜 椎茸 チンゲン菜	米・なたね油 みりん・しょうゆ 塩・片栗粉 ぱりんこ・ラムネ
21	月	牛乳 サラダせん	ご飯 豚のごまだれ焼き 小松菜のおかか和え 味噌汁	牛乳 チーズ蒸しパン	豚肉・かつお節 味噌 牛乳 チーズ	玉ねぎ・小松菜 人参 わかめ ねぎ	米・しょうゆ・みりん 酒・ごま 三温糖 小麦粉
8 22	火	お茶 源氏パイ	ご飯 野菜コロッケ ほうれん草のサラダ 味噌汁	お茶 チヂミ	ちくわ 味噌 豚ミンチ	ケチャップ・ブロッコリー ほうれん草 人参・玉ねぎ ねぎ・にら	米・野菜コロッケ・植物油 とんかつソース・塩 ごまだれ・小麦粉 片栗粉・ポン酢・ごま油
9 23	水	牛乳 醤油せんべい	きのこカレー チーズサラダ 柿	牛乳 りんごのケーキ	合挽きミンチ チーズ 牛乳 鶏卵	エリンギ・しめじ・まいたけ 玉ねぎ・人参 グリーンピース・ブロッコリー 柿・りんご	米・里芋・カレールー なたね油・酢 三温糖・酢 小麦粉・マーガリン
10 24	木	牛乳 味しらべ	ご飯 ツナと豆腐のつくね焼き キャベツのゆかり和え すまし汁	牛乳 パインヨーグルト	ツナ 木綿豆腐 牛乳 ヨーグルト	玉ねぎ・人参・干し椎茸 しょうが・キャベツ きゅうり・しその香 みつば・パイン缶	米・里芋・片栗粉・パン粉 しょうゆ・酒・みりん 三温糖・おつゆ麩 塩・コーンフレーク
11 25	金	牛乳 満月ポン	ご飯 ぶりの塩焼き 白菜とさつま揚げの和え物 味噌汁	牛乳 里芋もち	ぶり さつま揚げ 味噌 牛乳	レモン・ブロッコリー 白菜・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・ねぎ	米・塩・しょうゆ 三温糖 里芋 片栗粉・酒
12 26	土	牛乳 ぱりんこ	きつね丼 味噌汁	お茶 アスパラガスビスケット ニコニコゼリー	揚げ 味噌	玉ねぎ・人参 ねぎ・しめじ のり わかめ	米・三温糖・みりん しょうゆ・酒・じゃが芋 アスパラガスビスケット ニコニコゼリー
28	月	牛乳 源氏パイ	ご飯 筑前煮 インゲンのツナ和え 味噌汁	牛乳 マシュマロサンド	鶏肉・ツナ さつま揚げ 味噌 牛乳	ごぼう・人参・椎茸 グリーンピース インゲン 白菜・ねぎ	米・里芋・こんにゃく・しょうゆ みりん・三温糖 全粒粉クラッカー マシュマロ

正しいはしのもち方



なかゆび・ひとさしゆび
はさんで うへの
はしを うごかす。
はしさきは
そろえましょう。



おやゆび
ほかの ゆびと
むきあっている。
くすりゆび
したの はしを のせる。
うごかさない。