

令和7年

10月予定献立表(もも・ぶどう組)

社会福祉法人 イエス団 一麦保育園

日	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
献立名	・ごはん ・カラスガレイの塩焼き ・ひじき煮風 ・バナナ	・ごはん ・肉豆腐 ・梨	・豚肉入り味噌煮込みラーメン ・じゃがバター ・オレンジ	・じゃがとねぎの炒飯 ・さつまいもの甘煮 ・バナナ	・ごはん ・麻婆豆腐 ・粉ふき芋 ・りんご	・木の葉丼 (ア)鶏肉丼 ・オレンジ	・ごはん ・白身魚の青菜煮 ・南瓜の甘煮 ・バナナ	・ごはん ・マカロニのクリーム煮 ・りんご	・ごはん ・豆腐の千草焼き (ア)豆腐ハンバーグ ・鶏ガラスープ煮 ・オレンジ	・ツナピラフ ・さつま芋のコンソメ煮 ・バナナ	・ごはん ・味噌和風煮 ・りんご	・豚肉入り煮込みうどん ・さつまいもの甘煮 ・オレンジ	・わかめごはん ・鯖の西京焼き ・ごま入り野菜煮 ・バナナ	・ごはん ・ポークビーンズ ・梨	・トマトスパゲティ ・肉団子 ・バナナ
材料名および数量(g)	米 36 カラスガレイ 45 薄力粉 2.7 食塩 0.2 ひじき 2.7 さつまいも 25 にんじん 20 キャベツ 15 こまつな 10 たまねぎ 20 油揚げ 3 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 2.7 三温糖 1.8 本みりん 0.9 食塩 0.1 バナナ 22.5	米 36 牛肉 13.5 木綿豆腐 54 たまねぎ 27 しらす 9 はくさい 13.5 にんじん 13.5 葉ねぎ 9 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 4.5 三温糖 1.8 パセリ 0.09 バター 0.9 食塩 0.18 なし 22.5	ゆで中華めん 90 豚肉 13.5 にんじん 20 たまねぎ 20 カットわかめ 0.1 もやし 15 コーン缶 5 こいくちしょうゆ 1.8 食塩 0.09 じゃがいも 36 パセリ 0.09 鳥がら 0.9 味噌 4 じゃがいも 36 パセリ 0.09 バター 1.8 食塩 0.18 オレンジ 22.5	米 45 しらす干し 9 葉ねぎ 9 コーン缶 4.5 たまねぎ 31.5 にんじん 13.5 干しいいたけ 0.45 しらたき 9 にら 4.5 干しいいたけ 1 たまねぎ 0.9 混合削り節 0.9 三温糖 1.8 本みりん 0.9 食塩 0.18 片栗粉 1.35 かぼちゃ 40.5 混合削り節 0.45 三温糖 2.7 こいくちしょうゆ 1.35 食塩 0.09 バナナ 22.5 りんご 22.5	米 36 たまねぎ 45 にんじん 13.5 葉ねぎ 9 干しいいたけ 0.45 しらたき 9 鶏卵(ア) 36 たまねぎ 18 にんじん 4.5 薄力粉 1.8 食塩 0.09 本みりん 0.9 食塩 0.18 片栗粉 1.35 かぼちゃ 40.5 混合削り節 0.45 三温糖 2.7 こいくちしょうゆ 1.35 食塩 0.09 バナナ 22.5 りんご 22.5	米 45 かまぼこ(ア)鶏肉 9 たまねぎ 45 にんじん 13.5 葉ねぎ 9 はるさめ 0.45 チンゲンサイ 27 たまねぎ 36 ほうれんそう 9 マッシュルーム水煮 4.5 薄力粉 5.9 マーガリン 4.5 牛乳 20 食塩 1.8 片栗粉 1.8 白ワイン 0.18 コンソメ 1.26 かぼちゃ 25 混合削り節 0.1 三温糖 2.7 りんご 22.5 食塩 0.1 オレンジ 22.5	米 36 カラスガレイ 45 塩 0.1 薄力粉 2.7 はるさめ 2.7 チンゲンサイ 27 たまねぎ 36 ほうれんそう 9 にんじん 4.5 薄力粉 5.9 マーガリン 4.5 牛乳 20 食塩 1.8 片栗粉 1.8 白ワイン 0.18 コンソメ 1.26 かぼちゃ 25 カットわかめ 0.1 三温糖 2.7 りんご 22.5 食塩 0.1 バナナ 22.5 オレンジ 22.5	米 36 まぐろ油漬缶 7.2 にんじん 10.8 コーン缶 4.5 冷凍さといも 13.5 だいこん 31.5 にんじん 13.5 白ワイン 0.45 さつまいも 36 コンソメ 1 バナナ 22.5	米 36 豚肉 15 にんじん 20 たまねぎ 20 はくさい 15 カットわかめ 0.1 厚揚げ 13.5 しらたき 9 こいくちしょうゆ 1.62 混合削り節 0.9 食塩 0.36 本みりん 1.6 三温糖 1.8 三温糖 2.7 味噌 3.6 酒 0.45 片栗粉 1.35 りんご 22.5 オレンジ 22.5	ゆでうどん 90 豚肉 15 わかめふりかけ 0.9 にんじん 20 たまねぎ 20 さわら 45 じゃがいも 18 ピーマン 9 トマト 18 さつまいも 25 本みりん 1.3 だいず 13.5 にんじん 0.4 パセリ 0.09 コーン缶 3.6 コンソメ 0.9 トマトケチャップ 11 白ワイン 0.4 コンソメ 0.9 トマトケチャップ 11 とんかつソース 3.6 かぼちゃ 20 コンソメ 0.9 三温糖 0.7 白ワイン 1.8 混合削り節 0.45 たまねぎ 2.7 いりごま 1.3 こいくちしょうゆ 0.8 混合削り節 0.9 白ワイン 0.4 じゃがいも 5 食塩 0.1 食塩 0.1 バナナ 22.5 なし 22.5	米 36 わかめふりかけ 0.9 豚肉 18 にんじん 20 さわら 45 じゃがいも 18 ピーマン 9 トマト 18 さつまいも 25 本みりん 1.3 だいず 13.5 にんじん 0.4 パセリ 0.09 コーン缶 3.6 コンソメ 0.9 トマトケチャップ 11 とんかつソース 3.6 かぼちゃ 20 コンソメ 0.9 三温糖 0.7 白ワイン 1.8 混合削り節 0.45 たまねぎ 2.7 いりごま 1.3 こいくちしょうゆ 0.8 混合削り節 0.9 白ワイン 0.4 じゃがいも 5 食塩 0.1 食塩 0.1 バナナ 22.5 なし 22.5	米 36 スパゲティ 36 たまねぎ 20 にんじん 20 ピーマン 9 トマト 18 さつまいも 25 キャベツ 15 ベーコン(ア) 5 コンソメ 1 なたね油 0.4 トマトケチャップ 11 白ワイン 0.4 とんかつソース 3.6 合挽きミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 バナナ 22.5 なし 22.5			
おやつ	バターリッチ牛乳	練乳ラスク牛乳	しめじおにぎり牛乳	おかし牛乳	ジャムケーキ牛乳	ピザトースト牛乳	ヨーグルトケーキ牛乳	ツナおなかおにぎり牛乳	スイートポテトフライ牛乳	おかし牛乳	ほうれん草入り甘食牛乳	じゃこ菜葉のおにぎり牛乳	豆乳フレンチトースト牛乳	みかん蒸しパン牛乳	おかし牛乳
エネルギーたんぱく質	493 21.2	407 17.6	451 16.9	464 14.1	503 17.5	460 20.8	500 20	550 18	437 17.5	414 10.8	411 14.9	449 16.7	499 22.5	453 17.9	475 15.9
日	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)				
献立名	・チキンカレーライス ・りんご	・ごはん ・鮭のあけぼの焼き ・きのこ味噌煮 ・オレンジ	・ごはん ・豚肉入りひじき煮風 ・りんご	・ごはん ・五目卵焼き (ア)鶏つくね ・いろどり煮 ・バナナ	・ごはん ・鰯のカレー揚げ ・ごま入り野菜煮 ・オレンジ	・煮込み塩ラーメン煮 ・豚団子 ・バナナ	・ごはん ・すき焼き風煮 ・オレンジ	・ごはん ★ ・照り焼きチキン ・コンソメ煮 ・バナナ	・ごはん ・鯖のおろし煮 ・ひじき豆煮(小松菜) ・りんご	・ビーフライス ・南瓜のクリーム煮 ・オレンジ	・ごはん ・鯖の味噌煮 ・薄揚げ野菜煮 ・りんご				
材料名および数量(g)	米 45 鶏肉 18 じゃがいも 27 にんじん 13.5 たまねぎ 36 コーン缶 3.15 はちみつ 1.35 コンソメ 1.08 薄力粉 6.3 マーガリン 4.05 カレー粉 0.27 こいくちしょうゆ 1.35 白ワイン 0.18 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 りんご 22.5	米 36 紅さけ 45 赤ピーマン 9 マヨネーズ(ア) 5.4 粉チーズ(ア) 0.9 パセリ 0.18 たまねぎ 20 にんじん 20 えのきたけ 7.2 はくさい 15 本しめじ 7.2 ほうれんそう 10 かぼちゃ 25 かつお節 0.45 混合削り節 0.9 味噌 4 オレンジ 22.5	米 36 豚肉 15 ひじき 2.7 さつまいも 25 にんじん 20 はくさい 15 ブロッコリー 4.5 たまねぎ 20 油揚げ 3 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 2.7 三温糖 1.8 水 4.5 にんじん 20 たまねぎ 20 りんご 22.5	米 36 鶏卵(ア)パン粉 36 薄力粉 0.09 カレー粉 15 鶏卵(ア) 0.7 なたね油 3.6 こいくちしょうゆ 1.8 はくさい 15 こまつな 10 にんじん 20 じゃがいも 25 たまねぎ 20 いりごま 3.1 三温糖 1.8 片栗粉 0.1 バナナ 22.5	米 36 あじ 45 薄力粉 4.5 カレー粉 15 鶏卵(ア) 0.2 なたね油 3.6 こいくちしょうゆ 1.8 鳥がら 1.2 食塩 0.1 にんじん 20 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 バナナ 22.5	ゆで中華めん 90 キャベツ 15 にんじん 20 牛肉 13.5 たまねぎ 20 にんじん 13.5 本みりん 2.7 酒 18 葉ねぎ 9 焼き豆腐 27 ふ 1.35 しらす 9 ごぼう 4.5 混合削り節 0.9 たまねぎ 20 にんじん 20 かぼちゃ 25 本みりん 1.35 もやし 0.9 チンゲンサイ 10 いりごま 1.3 三温糖 0.9 片栗粉 1.8 食塩 0.09 バナナ 22.5 オレンジ 22.5	米 36 さば 45 だいこん 27 三温糖 2.7 こいくちしょうゆ 4.5 酒 0.45 だいず 4.5 竹輪(ア) 5.4 ひじき 2.7 こまつな 4.5 にんじん 20 油揚げ 2.7 牛乳 36 混合削り節 0.45 食塩 1.4 本みりん 0.9 食塩 0.09 酒 0.18 片栗粉 0.45 りんご 22.5	米 45 牛ミンチ 13.5 ごぼう 9 にんじん 9 さやいんげん 3.6 油揚げ 3.6 こいくちしょうゆ 3.6 白ワイン 0.36 本みりん 0.72 コンソメ 0.81 三温糖 2.3 かぼちゃ 36 牛乳 9 コンソメ 1 食塩 0.09 オレンジ 22.5 りんご 22.5	米 36 さわら 45 赤みそ 3.6 こいくちしょうゆ 2.2 三温糖 2.7 混合削り節 0.9 本みりん 0.7 葉ねぎ 3 油揚げ 3 キャベツ 15 にんじん 20 じゃがいも 25 たまねぎ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 5 三温糖 3 りんご 22.5						
おやつ	麩ラスク牛乳	おからドーナツ牛乳	変わりラスク牛乳	じゃが餅牛乳	大豆入りホットケーキ牛乳	おかし牛乳	大学芋牛乳	人参ケーキ牛乳	フライドポテト(とりから)牛乳	りんごホットケーキ牛乳	カレーチーズラスク牛乳				
エネルギーたんぱく質	460 13.2	500 22.8	408 14.1	449 17	502 22.3	432 15.5	433 14.1	561 21.6	457 21	481 14.9	483 23.3				

