

令和6年（2024年）10月熊本市立保育園給食標準献立

2024年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 牛乳、ウエハース	2 牛乳、ポーロ	3 牛乳、コーンフレーク	4 牛乳、せんべい	5 牛乳、ビスケット
昼食		飯、たまねぎのスープ、揚げ魚のごま風味、じゃこ和え	飯、わかめのみそ汁、肉豆腐、フレンチスパサラ、バナナ	飯、タイピーエン、かぼちゃの磯煮、オレンジ	飯、豆腐のすまし汁、松風焼き、大根の和風サラダ	飯、ごぼトン丼、かぼちゃの中華スープ
午後		牛乳、もちもちポテト	牛乳、大豆甘煮	牛乳、レーズンのスコーン	牛乳、黒糖おやき	牛乳、バナナ、かりんとう
午前	7 牛乳、コーンフレーク	8 牛乳、ウエハース	9 牛乳、ポーロ	10 牛乳、クラッカー	11 牛乳、ビスケット	12 牛乳、せんべい
昼食	飯、そばろにゃく丼、白菜のサラダ、バナナ	飯、じゃがいものみそ汁、魚の Tandori 風、菜焼き	飯、けんちん汁、鶏レバー甘辛煮、オレンジ	飯、スーミータン、麻婆豆腐、キャベツのおかか和え	飯、肉団子スープ、納豆和え、バナナ	飯、ツナと豆腐の和風煮、大根とあげのみそ汁
午後	牛乳、人参ジャムサンド	牛乳、ココアケーキ	牛乳、きな粉ちんすこう	牛乳、さつま芋甘煮	牛乳、マカロニ黒みつけ	牛乳、オレンジ、クッキー
午前	14 スポーツの日	15 牛乳、クラッカー	16 牛乳、コーンフレーク	17 牛乳、ウエハース	18 牛乳、ポーロ	19 牛乳、せんべい
昼食		飯、なすとペンネのミートグラタン、土佐酢和え風、オレンジ	飯、チンゲン菜と豆腐のみそ汁、鶏肉の照り焼き、もやしのカレー炒め、バナナ	飯、キャベツすまし汁、魚のみそ漬け焼き、大根サラダ	飯、豆腐とたまねぎのみそ汁、スパニッシュオムレツ、もやしと青菜のナムル	飯、ひじき丼、ビーフンすまし汁 食育の日
午後		牛乳、鉄強化ヨーグルト、ビスケット	牛乳、米粉のレモンクッキー	牛乳、フレーク和え	牛乳、ホットケーキ	牛乳、ゆかりおにぎり
午前	21 牛乳、ウエハース	22 牛乳、クラッカー	23 牛乳、コーンフレーク	24 牛乳、せんべい	25 牛乳、ポーロ	26 牛乳、ビスケット
昼食	飯、チキンカレー、ピクルス、バナナ	飯、豆腐のみそ汁、魚のきのこソースかけ、かぼちゃサラダ	飯、もやしとほろさめの中華スープ、ホイコーロー、ブロッコリーのごま和え	飯、里芋とあげのみそ汁、豆腐の柔らか煮、キャベツのサラダ	飯、たまねぎのすまし汁、ヒレカツ、もやしのおかか和え	飯、鶏肉と野菜のうま煮、豆腐と白菜のみそ汁
午後	牛乳、くずもち	牛乳、りんご、クッキー	牛乳、さつま芋のケーキ	牛乳、煮豆	牛乳、麩のラスク	牛乳、パイナップルケーキ
午前	28 牛乳、ウエハース	29 牛乳、ビスケット	30 牛乳、コーンフレーク	31 牛乳、もも缶	 【1か月平均栄養素量】	
昼食	飯、ハヤシライス、はるさめサラダ、オレンジ	飯、さつま芋のみそ汁、米粉ムニエル、ほうれんそうの磯和え、バナナ	飯、白菜すまし汁、ひき肉とれんこんの和風焼き、じゃがいものおかか煮	飯、もやしのみそ汁、魚のクラッカー焼き、青菜ときこのごま和え	《未満児（主食込み）》 エネルギー 463kcal たんぱく質 18.6g 脂質 14.6g	
午後	牛乳、りんごゼリー、カルシウム強化せんべい	牛乳、五平餅	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、菓子パン	《以上児（主食なし）》 エネルギー 386kcal たんぱく質 19.2g 脂質 16.4g	

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります