

平成 29 年



# 10月献立表



認定こども園  
みなみ保育園

日	曜	献立名	離乳食	3歳未満児おやつ	全児午後おやつ	
2	月	麦ごはん 鮭の香味ソースかけ 小松菜の煮浸し 味噌汁 フルーツ	粥 煮魚 小松菜のお浸し 味噌汁 フルーツ	ビスケット 鉄ミルク	プチケーキ 牛乳	
3	火	麦ごはん ちくわの肉詰め揚げ オーロラサラダ 味噌汁 フルーツ	粥 野菜煮 はるさめ煮 味噌汁 フルーツ	チーズ 豆乳	焼きビーフン	
4	水	麦ごはん 筑前煮 コールスローサラダ ミニトマト 味噌汁 フルーツ	粥 根菜煮 キャベツ煮 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	みだらし団子	
5	木	牛丼 もやしのナムル 大根と麩の味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 野菜煮 味噌汁 フルーツ	ブルーン 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク	
6	金	麦ごはん 酢豚 小松菜の塩昆布和え わかめとしいたけのスープ フルーツ	粥 ほうれん草のおひたし 野菜煮 スープ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	ジャム入り手作りヨーグルト ビスケット	
7	土	おにぎり ウィンナー チーズ パナナ 牛乳 ブルーン	粥 ウィンナー チーズ パナナ 飲み物	飲み物	せんべい お茶	
9	月	体 育 の 日				
10	火	麦ごはん 焼肉 ポテトチップサラダ ミニトマト 味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 野菜煮 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	ふかしいも お茶	
11	水	麦ごはん さばの味噌煮 納豆 みかんときゅうりの和え物 すまし汁 フルーツ	粥 煮魚 ひき割り納豆 野菜煮 味噌汁 フルーツ	ビスケット 豆乳	スティックパン 野菜ジュース	
12	木	きのこカレー ほうれん草のごま和え もやしとわかめの味噌汁 フルーツ	粥 ほうれん草のおひたし 野菜煮 味噌汁 フルーツ	かみかみ昆布 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク	
13	金	豚汁うどん さつまいもの天ぷら チーズ フルーツ	煮込みうどん さつまいも煮 チーズ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	フルーツ入り手作りヨーグルト ビスケット	
14	土	タマゴサンド チーズ ミニゼリー 牛乳	パン粥 チーズ ミニゼリー 飲み物	飲み物	ビスケット お茶	
16	月	麦ごはん さんまの蒲焼き風 スパゲッティソテー 味噌汁 フルーツ	粥 煮魚 マカロニ煮 味噌汁 フルーツ	ビスケット 豆乳	プリン	
17	火	★ 誕 生 会 お 楽 し み 献 立 ★		ビスケット りんごジュース	お誕生日ケーキ 紅茶	
18	水	麦ごはん レバーの唐揚げ 炒り豆腐 味噌汁 フルーツ	粥 レバーペースト 豆腐煮 味噌汁 フルーツ	ビスケット 鉄ミルク	飲む手作りヨーグルト ビスケット	
19	木	マーボー丼 大根のごま酢和え キャベツとしいたけの味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 根菜煮 味噌汁 フルーツ	チーズ 豆乳	せんべい ビスケット ミロミルク	
20	金	麦ごはん 高野豆腐のオランダ煮 ほうれん草のフレーク和え 味噌汁 フルーツ	粥 人参煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	ミニゼリー 鉄ミルク	さつまいも蒸しパン 牛乳	
21	土	焼きそば(煮込みうどん) チーズ 三つ葉と豆腐のすまし汁 オレンジ	煮込みうどん チーズ オレンジ 飲み物	飲み物 せんべい		
23	月	麦ごはん 煮魚 納豆 人参とフルーツのサラダ かきたま汁 フルーツ	粥 煮魚 ひきわり納豆 根菜煮 スープ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	大学いも お茶	
24	火	パン おからのキッシュ 味噌マヨ和え レタススープ フルーツ	パン粥 野菜煮 キャベツのお浸し 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	おにぎり お茶	
25	水	麦ごはん 牛肉と大根の煮込み もやしときゅうりの酢味噌和え 味噌汁 フルーツ	粥 根菜煮 野菜煮 味噌汁 フルーツ	ミニゼリー 鉄ミルク	桜えびトースト	
26	木	カレーライス レンコンのきんぴら チーズ スープ フルーツ	粥 根菜煮 野菜煮 チーズ スープ フルーツ	ブルーン 豆乳	せんべい ビスケット ミロミルク	
27	金	麦ごはん 豚カツ 千キャベツ ポテトサラダ ミニトマト 味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 マッシュポテト 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	シリアル入り手作りヨーグルト ビスケット	
28	土	ホットドッグ ミニゼリー 牛乳 ブルーン	パン粥 ミニゼリー ブルーン 飲み物	飲み物	ビスケット お茶	
30	月	麦ごはん 魚の洋風焼き 春雨サラダ 豆腐のカレースープ フルーツ	粥 煮魚 春雨煮 スープ フルーツ	チーズ 豆乳	フルーツゼリー	
31	火	麦ごはん 鶏の唐揚げ ピーナツ和え 味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	ジャムパン 牛乳	

## 食育便り



今年の十五夜は  
10月4日です

### お月見

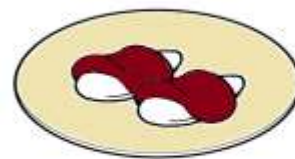
旧暦の8月15日を十五夜といっ  
て、昔から月を見る風習がありま  
した。この日はすすきや月見だん  
ご、さといもなどを供えます。ま  
た旧暦の9月13日を十三夜と  
いっておなじようにお供えもの  
をして、月をながめます。

### 月見だんご

ところがわれば



一般的に、丸い形の  
だんごを15個(また  
は13個)重ねて供  
えます。



おもに関西地域では  
さといもに見立てた  
だんご(あんこつき)  
を供えます

※材料等の都合により、献立が変更になる事もあります