

2025年10月度 きたばたけ保育園 2歳児メニュー

★の日はお誕生日会

☺ の日はお楽しみメニュー

おおから 1 日本	口曜			主な材料	主な材料と体内での働き			おやつ(午前) おやつ(午後)	
1	日曜 日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
大		鶏肉の揚げ煮	鶏肉		でん粉・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし	かっぱえびせん	りんご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
古田수 10년 1		ちくわと白菜のサラダ	ちくわ	白菜・ブロッコリー・コーン・人参・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶		りんごジュース・りんご(缶詰)・油
日報性	1 水	さつま芋の煮物			さつま芋	醤油・本みりん・だし		牛乳	▲牛乳
전表 1		ごはん			米				
2 大			.,.,					野菜パンケーキ	
世報	0 +		かつお節		砂糖		お茶	4. 丽	油・野菜&果物ジュース
計画性	2 1			かはらや	N/	温		午乳	▲午乳
新田 - 10 - 10 10 10 10 10 10 10			一口度・赤みそ・白みそ	わかめ	木	# 1.			
自然・アナリスがあるまとう 日が・テンダンは・裏が海 大き・正の行 大き・正の行 大き・正の子 大き・正				,	うどん		カルシウムせんべい	わかめおにぎり	*
日本 かかけてはなった					3270			1973 898010 2019	'
所用	3 金				米		0071	牛乳	
は 1 日本のとかい変数のあわられた				パイン(缶詰)					
### 1									
4 土 銀行		豚丼	豚肉	人参・玉ねぎ	米・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
世		もやしと小松菜のあおさ和え		太もやし・小松菜・あおさのり		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
できたりライ キャベンとしも300 サラダ しらす キャベツ・800 90・人参 まり物 2種・作 24・円 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1	4 土	味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草		だし			
できたりライ キャベンとしも300 サラダ しらす キャベツ・800 90・人参 まり物 2種・作 24・円 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1									
できたりライ キャベンとしも300 サラダ しらす キャベツ・800 90・人参 まり物 2種・作 24・円 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1 25・1			<u> </u>		\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \			h	
6	(·•)		うさぎ型ハンバーグ		. —			きなこクッキー	
古田)		1.57	+ - ~			お茶	十 四	
A	6 月		しらり	十ヤヘツ・さゆつり・人参 		者出• F		午乳	▲午乳
お見見せリー				エわぎ・コーン	本	エナンフンハン			
対いの原則				玉ねさ・コーク					
国主の形型の例とそれに表現している。 日本の形型の例とそれに表現している。 日本の形型の例とでしている。 日本の形型の例とでいる。 日本の形型ののでは、 日本の形型ののでは、 日本の形型ののでは、 日本の形型ののでは、 日本の形型ののでは、 日本の形型ののでは、 日本の形型ののでは			さ げ		初神。油		カルシウムせんべい	幼司お焼き	半・納戸・あおさのり
7 以 かあらもの無物 にはん			Clo	白菇•小松菇•人参	1948 - 18			利量の混合	
正は 一	7 W				石小米庫		05 K	上 到	
原態計 数みそ・白みそ 太もやし・わかめ だし 一般性質である。	, ,			7718-276		7.00 国温 平05-970		T+0	— + 30
数据菓マ・ボー 24.4000年にルーキシシーので 10分子に入れらいまで、中心の・アングル・ドルング 10分子に入れらいまで、中心の・アングル・ドルング 10分子に入れらい 10分子に入り、入れらい 10分子に入れらい 10分子に入れらい 10分子に入れらい 10分子に入れらい 10分子に入れらい 10分子に入り 10分子			赤みそ・白みそ	太もやし・わかめ		だし			
図字大規の中華和え				7.1.0.1.0.1	砂糖・ごま油・油・でん粉		かっぱえびせん	シュガートースト	▲食パン・▲バター
中華スープ カルーツ (りんご倍)				切干大根・きゅうり・人参	砂糖・ごま油	醤油			
フルーツ (りんご伝) 別称の 振うし焼 別称の 振うし焼 別称の 振うし焼 別称の 振うし焼 別称の 振うし焼 別称の 振うし焼 別称の まった 自みそ 自みそ ほうれん草 おかめ	8 水	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
類肉の塩こうじ焼 類肉 塩こうじ 単正ペよ 豆腐ブラウニー 油・豆腐素・砂糖 土・豆腐素・砂糖 土・豆腐 カルーライス 土・肉肉 土・肉肉 土・肉肉 土・肉肉 土・肉肉 土・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・砂糖 土・肉の 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 土・水の 上・砂糖 上・砂糖 上・砂糖 上・カンリンメ 上・砂糖 上・カンリンメ 上・砂糖 上・カンリンメ 上・砂糖 上・カンリンメ 上・肉肉 土・水の 上・肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉肉肉肉 上・肉肉肉 上・肉肉肉肉肉肉肉肉肉肉		中華スープ		キャベツ・青ねぎ		中華だし・醤油・塩			
中央と野菜のソテー さつま掲げ 本ももし・人参・ビーマン 油 さつま芽 大さん 本の少数 本の少数 本の少数 本の少数 本の少数 本の少数 本の少なセルベル お茶 かかかおにぎり 本の少の世れベル 本のかのかまた 本のかのおきた 本のかのかまた 本ののまた 本のまた 本の		フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)					
9 末 然さつます		鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	星たべよ	豆腐ブラウニー	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー
ごはん 「味噌汁 「おみぞ・白みぞ ほうれん草 おかめ越 おかめ越 おし カレーフレーク(アレルゲンフリー)		平天と野菜のソテー	さつま揚げ	太もやし・人参・ピーマン		チキンコンソメ	お茶		
映幅計	9 木							牛乳	▲牛乳
カレーライス									
##バップフョンコリー・コーン・ポピーマン・レモン果汁 が糖・オリーブ油 酢・塩・醤油 お茶 が糖 ソフトせんべい 本牛乳・インコンフトはペい サー乳 が糖・オリーブ油 酢・塩油 お茶 がわらかおかき カルシウムせんべい カルシウムせんべい お茶 お茶 お茶 お茶 おびりん 単乳 まぐろフライ ウインナー キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン 油 カーンナラム はん 味噌汁 ホみぞ・白みそ ほうれん草・大根 ほうれん草・大根 まかりのよ カルシウムせん は かっぱえびせん 素みぞ・白みそ ほうれん草・大根 エリンギ・しめじ 大もやし・コーン・きゅうり 張肉 エリンギ・しめじ 大もやし・コーン・きゅうり 玉ねぎ・ゲーマン アカロニのケチャップソテー にはん まねぎ・ピーマン ・ 大き マカロニ・油 チキンコンソメ・トマトケチャップ キュ スキムミルク・人 本牛乳 ・ イキ乳 ・ イキュー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		. =							
10 金 フルーツ (パナナ)			午					ぶどうかん	寒天・ぶどうジュース
本年列 本日 本月 本日 本月 本日 本月 本日 本日	10 🛆				1977間・オリーノ油	ば • 塩 • 醤油	の余	Thurs	
きつねうどん 白菜の塩昆布和え 菜めしごはん まぐろフライ ウィンナーとキャベツのソテー ひじき煮 ごはん 味噌汁 ホみそ・白みそ ほうれん草・大根 オキンソテー和風きのこソース コーンサラダ マカロニのケチャップソテー こはん まべろフライ カルシウムせんべい おかかおにぎり お茶 ボース・シース・シース・シース・シース・シース・シース・シース・シース・シース・シ	10 27	フルーツ (ハナチ)							
日菜の塩昆布和え 菜めしごはん お茶								T-56	- + + 0
日菜の塩昆布和え 菜めしごはん お茶		きつねうどん	味付け油揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
## まぐろフライ ウインナーとキャベツのソテー ウインナー キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン 油油 カルシウムせんべい おかかおにぎり 米・かつお節 醤油 上りンギ・白みそ ほうれん草・大根 だし・醤油・料理酒 かっぱえびせん まがり ・ 本ものし・コーン・きゅうり 正ねぎ・ピーマン かっぱえびせん お茶 「お茶 マカロニのケチャップソテー ごはん 来 マカロニのケチャップソテー ごはん 来 マカロニのケチャップソテー ごはん 来 マカロニのケチャップソテー ごはん 来 マカロニのケチャップソテー ごはん まねぎ・ピーマン ・ まな ・ カーン・フェーン・フェーン・フェーン・フェーン・フェーン・フェーン・フェーン・フェ				10100 10100					
まぐろフライ すくろフライ ウインナー まぐろカツ ウインナー キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン 油 カルシウムせんべい おかかおにぎり 米・かつお節 醤油 ひじき・人参 油・砂糖 だし・醤油・料理酒 たし・醤油・料理酒 かっぱえびせん ネルクラスク 本食パン・▲バタ コーンサラダ マカロニのケチャップソテー ごはん 来 タカロニのケチャップソテー ごはん 米 ギャベッ・玉ねぎ・ボピーマン 神楽 マカロニのケチャップソテー ごはん 米 チキンコンソメ・トマトケチャップ キャベッ・玉ねぎ・ピーマン マカロニ・油 米 チキンコンソメ・トマトケチャップ 牛乳 本牛乳 本牛乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	11 土				米		00711	0071	
14 以		- '							
14 以									
14 八 ひじき煮 油揚げ ひじき・人参 油・砂糖 だし・醤油・料理酒 牛乳 ▲牛乳 本部 本部 本部 本部 本部 本部 本部 本		まぐろフライ	まぐろカツ		油		カルシウムせんべい	おかかおにぎり	米・かつお節
ごはん 味噌汁 赤みそ・白みそ ほうれん草・大根 だし サキンソテー和風きのこソース コーンサラダ マカロニのケチャップソテー ごはん 鶏肉 エリンギ・しめじ 太もやし・コーン・きゅうり 玉ねぎ・ピーマン 油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 マカロニ・油 チキンコンソメ・トマトケチャップ サディップ・サース はん 酢・醤油 チキンコンソメ・トマトケチャップ サディップ サディップ サース は サース は サース は カース は		ウインナーとキャベツのソテー	ウインナー	キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		醤油
味噌汁 赤みそ・白みそ ほうれん草・大根 だし	14 火	ひじき煮	油揚げ	ひじき・人参		だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##					米				
コーンサラダ 太もやし・コーン・きゅうり 砂糖・オリーブ油 下・醤油 オネ 大きカロニ・油 大さはん 大さいし・コーン・きゅうり 大本がし・コーン・きゅうり 大本がし・コーン・きゅうり 大本がし・コーン・きゅうり 大本がし・コーン・きゅうり 大本がし・コーン・きゅうり 大本がし、コーンサラダ 大本がし、コーン・カストンコンソメ・トマトケチャップ 大本がし、カスキムミルク・大学・プロニ・油 大本がし、カスキムミルク・大学・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン									
15 水 マカロ二のケチャップソテー 玉ねぎ・ピーマン マカロ二・油 メ			鶏肉					ミルクラスク	
一 ごはん 米							お茶		▲スキムミルク・砂糖
	15 水			土ねさ・ビーマン	· -	ナモンコンソメ・トマトケチャップ 		牛乳	▲午乳
				11.10.12.1.25.1.25.1.25.1.25.1.25.1.25.1	米	エナンフンハル			
		スーノ		小松米•人奓		ナキノコンソメ	<u> </u>		

			主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	đ	5やつ(午後)
日曜付日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	クリームシチュー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク	人参・玉ねぎ・グリンピース	じゃが芋・油	▲クリームシチューミックス	星たべよ	豚ねぎお焼き	米・でん粉・醤油
	ツナサラダ	ツナフレーク	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶		豚ひき肉・青ねぎ・ごま油
16 木	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					
	豚肉と野菜のケチャップ炒め	豚肉	玉ねぎ・太もやし・人参・ピーマン	油・砂糖	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒		大学芋	さつま芋・油
	じゃこ大豆	しらす・大豆		油•砂糖	置油・料理酒	お茶	4.00	砂糖・黒ごま
17 金		赤みそ・白みそ	チンゲン菜	米がつゆ麩	だし		牛乳	▲牛乳
	味噌汁 フルーツ(みかん缶)	かみて・日ので	テンケン米 みかん(缶詰)	63 プ 収数				
+	牛肉コロッケ		0,73,70(Wad)	▲牛肉コロッケ・油		星たべよ	ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ウインナーと野菜のソテー	ウインナー	 キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		油・▲ヨーグルト・いちごジャム
20 月	がんもの煮物	がんもどき		砂糖	だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	大根•人参		だし			
	白身魚の蒲焼風	たら	しょうが	でん粉・油・砂糖	料理酒・醤油・本みりん	カルシウムせんべい	ジャムサンド	▲食パン
	白菜とチンゲン菜の和え物		白菜・チンゲン菜・人参		醤油・本みりん・だし	お茶		いちごジャム
21 火	さつま芋の旨煮			さつま芋	醤油・本みりん・和風だし		牛乳	▲牛乳
	ごはん			米				
_	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草		だし			
	醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ	焼きそば用麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース		ツナ味噌お焼き	
l	シューマイ	肉しゅうまい		NZ		お茶	4.10	赤みそ・醤油・砂糖
22 J K	わかめごはん		わかめご飯の素パイン(缶詰)	米			牛乳	▲牛乳
	フルーツ(パイン缶) 							
+	 鶏肉の照焼	鶏肉		油・砂糖	醤油・本みりん	星たべよ	ピーチケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖
\star	白菜の和え物	7091-3	白菜・人参・さやいんげん	7.0	醤油・本みりん・だし	お茶		豆乳・油・黄桃(缶詰)
23 木	切干大根の煮物		切干大根・グリンピース	つきこんにゃく・油・砂糖	和風だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	かぼちゃ・チンゲン菜		だし			
	豚肉のチャプチェ	豚肉	太もやし・人参・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油	醤油・本みりん・料理酒	カルシウムせんべい	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
	ツナじゃが	ツナフレーク	玉ねぎ	じゃが芋・砂糖	醤油・料理酒・だし	お茶		醤油・油
24 金	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
	味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	小松菜		だし			
	フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)		WELL WATER TO THE TOTAL TH			± 11 > ± 1 + 1 + 1 + 2 × 1
	高野豆腐のそぼろ丼	高野豆腐・豚ひき肉	玉ねぎ・人参・しょうが・グリンピース		醤油・料理酒・だし			カルシウムせんべい
os +	平天と大根の煮物 味噌汁	さつま揚げ 赤みそ・白みそ	大根・さやいんげん 白菜・わかめ	砂糖	醤油・料理酒・だしだし	お茶	お茶	ほうじ茶
	<u>₩</u> □/1	<i>赤のと・口のと</i>			120			
	肉団子の照り煮	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん	星たべよ	ふんわりにんじんクッキー	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	しらすとキャベツのサラダ	しらす	キャベツ・人参・コーン	油•砂糖	醤油•酢	お茶		油・豆腐・人参
27 月	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	ごはん			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	チンゲン菜	おつゆ麩	だし			
	サバの煮付け	さば	しょうが	砂糖	和風だし・醤油・料理酒		青菜おにぎり	
	ほうれん草と白菜のおかか和え	かつお節	ほうれん草・白菜・人参	1" +*+	醤油・本みりん・和風だし	お茶	4. 10	菜めしの素
28 火	じゃが芋のあおさ和え		あおさのり	し、火	醤油・本みりん		牛乳	▲牛乳
	ごはん すまし汁		青ねぎ・大根	米	だし・醤油・塩			
+	豆腐のあんかけ丼	豚肉・豆腐	青ねさ・人根 玉ねぎ・赤ピーマン・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし	かっぱラバせん	きなこトーフト	▲食パン・▲バター
	キャベツと小松菜のお浸し	I U I U I I I I I I I I I I I I I I I I	キャベツ・小松菜・人参	7,7,7,0 57,7/0 C7 54/0	醤油・本みりん・和風だし	お茶		きな粉・砂糖
29 水	中でパクとが悩果の80度と	赤みそ・白みそ	太もやし・わかめ		だし	3071	牛乳	▲牛乳
	フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					
	鶏肉と野菜の甘酢炒め	鶏肉	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン		酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし	星たべよ	ねぎ味噌お焼き	米・でん粉・赤みそ
	高野豆腐の煮物	高野豆腐	さやいんげん	砂糖	和風だし・醤油・料理酒	お茶		しらす・青ねぎ・油
30 木	ごはん	+3.3.4-3	17 - 10 / H	米	—		牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし			
_	フルーツ(みかん缶)	#.# .	みかん(缶詰)	N/ 1% - ##+ \-	<u> </u>		10.1 - 1.	# 10 / - 10
	ハロウィンおばけカレー	牛肉	玉ねぎ・人参・グリンピース	米・じゃが芋・油		カルシウムせんべい	りんごかん	寒天・りんごジュース
31 🛆	カラフルサラダ フルーツ (バナナ)	ちくわ	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・コーン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油 	酢・塩・醤油	お茶	Paulin and an annual and an annual and an annual and an	砂糖 ソフトせんべい
○□ 亜	フルーツ (バナナ)		^				アンバンマンソフトせんべい	タントせんへい ▲牛乳
							十子	★ ★ ₹ b
<u> </u>	1		l	学養価のご	<u> </u> 型均 エネルギー472kcal <i>たん</i>	L 255.4 C O	DE EE 4 O O	カルシウム180m

栄養価の平均 エネルギー472kcal たんぱく質15.6g 脂質13.9g カルシウム180mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*} そば・落花生の入った食材は使用しておりません。 * 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。 * お米は国産米使用しています。 <アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年10月度 きたばたけ保育園 1歳児メニュー



★の日はお誕生日会 ② の日はお楽しみメニュー

口頭			主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	ă	づやつ(午後)
日曜 日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	鶏肉の揚げ煮	鶏肉		でん粉・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし	やわらかおかき	りんご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ちくわと白菜のサラダ	ちくわ	白菜・ブロッコリー・コーン・人参・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶		りんごジュース・りんご(缶詰)・油
1 水	さつま芋の煮物			さつま芋	醤油・本みりん・だし		牛乳	▲牛乳
	ごはん			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草		だし			
	白身魚の煮付け	ホキ	しょうが	砂糖	醤油・料理酒・だし		野菜パンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	もやしと胡瓜の酢の物	かつお節	太もやし・きゅうり・人参	砂糖	酢•醤油	お茶		油・野菜&果物ジュース
2 不	蒸かぼちゃ		かぼちゃ	N/	塩		牛乳	▲牛乳
	ごはん	京府・表孔子・ウ孔子	hhh	米	#1			
	味噌汁 五目うどん	豆腐・赤みそ・白みそ 牛肉・生揚げ	わかめ 大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	カルシウムせんべい	わかめおにぎり	水
	ユロ フこ/V 白菜とチンゲン菜の梅風味和え	十四 土地门	白菜・チンゲン菜・練り梅	J = 10	醤油・本みりん・和風だし	お茶	17/3/03/62	わかめご飯の素
3 金	ふりかけごはん			米	かつおふりかけ	05 A	牛乳	本牛乳
0	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)		,5 2 to .5, 5 to		1 50	_ 1 50
	2,0 2 (7.12 (2)							
	豚丼	豚肉	人参・玉ねぎ	米・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	もやしと小松菜のあおさ和え		太もやし・小松菜・あおさのり		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
4 土	味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草		だし			
(i)	十五夜ハンバーグ	うさぎ型ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース		きなこクッキー	
(ポテトフライ			ポテトフライ・油	塩	お茶		油・豆腐
6 月	キャベツとしらすのサラダ	しらす	キャベツ・きゅうり・人参	油・砂糖	醤油•酢		牛乳	▲牛乳
	ごはん		エゎヸ゠ヿヽ	米	7+3,7301,7			
	スープ		玉ねぎ・コーン		チキンコンソメ			
	お月見ゼリーサバの照焼	さば		砂糖•油	お月見ゼリー 醤油・本みりん	カルシウムせんべい	幼売も焼き	米・納豆・あおさのり
	白菜と小松菜の赤しそ和え	Clo	白菜・小松菜・人参	US NE · NE	ゆかり	お茶	利量の混合	醤油・でん粉・油
7 11/	かぼちゃの煮物		かぼちゃ	砂糖	だし・醤油・本みりん	の米	牛乳	▲牛乳
, ,	ごはん		77896	米	たび・醤油・本のりが		T-50	▲ ++0
	味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・わかめ		だし			
	秋野菜マーボー	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・れんこん・チンゲン葉・干しいたけ	砂糖・ごま油・油・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	やわらかおかき	シュガートースト	▲食パン・▲バター
	切干大根の中華和え		切干大根・きゅうり・人参	砂糖・ごま油	醤油	お茶		砂糖
8 水	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
	中華スープ		キャベツ・青ねぎ		中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)					
	鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	たべっ子ベイビー	豆腐ブラウニー	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー
	平天と野菜のソテー	さつま揚げ	太もやし・人参・ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		油・豆腐・砂糖
9 木	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	ごはん	+ +		米	470			
\vdash	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし	± 11 > . ± 1 1± 1 0 0 1	プレニカ/	帝王・ジビニジューフ
	カレーライス キャベツとブロッコリーのサラダ	牛肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・コーン・赤ピーマン・レモン果汁	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク (アレルゲンフリー) 酢・塩・醤油	カルシウムせんべい お茶	いこうかん	寒天・ぶどうジュース 砂糖
10 소	フルーツ(バナナ)		バナナ	リグがる・クラーノ油	四下:塩、酉	のボ	アンパンマンソフトせんべい	^{砂糖} ソフトせんべい
10 31			7199				牛乳	▲牛乳
							7-30	<u> </u>
	きつねうどん	味付け油揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	白菜の塩昆布和え		白菜・人参・塩昆布			お茶	お茶	ほうじ茶
11 土	菜めしごはん		菜めしの素	米				
	まぐろフライ	まぐろカツ		油		カルシウムせんべい	おかかおにぎり	米・かつお節
	ウインナーとキャベツのソテー	ウインナー	キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		醤油
14 火	ひじき煮	油揚げ	ひじき・人参	油・砂糖	だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん	±1.7		米	+*1			
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・大根	Sch - Tily With - Tily With	だし	MA > 4 4 1	> 11 5 = - 5	A \$ 100 1 1 1 1 1 1 1
	チキンソテー和風きのこソース	鶏肉	エリンギ・しめじ	油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・料理酒		ミルクラスク	▲食パン・▲バター
15 TV	コーンサラダ		太もやし・コーン・きゅうり	砂糖・オリーブ油	酢・醤油	お茶	ナツ	▲スキムミルク・砂糖
10 //	マカロニのケチャップソテーごけん		玉ねぎ・ピーマン	マカロニ・油米	チキンコンソメ・トマトケチャップ		牛乳	▲牛乳
	ごはん スープ		 小松菜 • 人参	^	チキンコンソメ			
	^- <i>J</i>		ブロス・ハシ	<u> </u>	<u> </u>		<u> </u>	

	192			主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	đ	5やつ(午後)
日 B 付 E		昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	-	クリームシチュー	鶏肉・ ▲ 低脂肪乳・ ▲ スキムミルク	 人参・玉ねぎ・グリンピース	じゃが芋・油	▲クリームシチューミックス	たべっ子ベイビー	豚ねぎお焼き	米・でん粉・醤油
		ツナサラダ	ツナフレーク	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	豚ひき肉・青ねぎ・ごま油
16 7	木	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
		フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					
		豚肉と野菜のケチャップ炒め	豚肉	玉ねぎ・太もやし・人参・ピーマン	油・砂糖	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒	カルシウムせんべい	大学芋	さつま芋・油
		じゃこ大豆	しらす・大豆		油・砂糖	醤油・料理酒	お茶		砂糖・黒ごま
17 ≲	金	ごはん			米			牛乳	▲牛乳
		味噌汁	赤みそ・白みそ	チンゲン菜	おつゆ麩	だし			
		フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)					
		牛肉コロッケ			▲牛肉コロッケ・油		たべっ子ベイビー	ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
		ウインナーと野菜のソテー	ウインナー	キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		油・▲ヨーグルト・いちごジャム
20)		がんもの煮物	がんもどき		砂糖	だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
		ごはん	+1.7 41.7		*	+-» ,			
	-	味噌汁	赤みそ・白みそ	大根・人参	77 / W \ \tag{W}	だし	+ > .+	>». / 11 >.1»	A \$ 18\(\cdot\)
		白身魚の蒲焼風白菜とチンゲン菜の和え物	たら	しょうが 白菜・チンゲン菜・人参	でん粉・油・砂糖	料理酒・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし	カルシウムせんべい	ジャムサンド	▲食パン いちごジャム
21 \		白来とチックラ来の和え物 さつま芋の旨煮		日采・テングフ采・八参	さつま芋	醤油・本みりん・たし	の余	牛乳	▲牛乳
21 2		ごはん			米			十孔	▲ 十子□
		味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	 ほうれん草		だし			
	-	醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ	焼きそば用麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース	やわらかおかき	ツナ味噌お焼き	米・ツナフレーク・白ごま
		シューマイ	肉しゅうまい		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		お茶	2 7 411-20076	赤みそ・醤油・砂糖
22 7	水	わかめごはん		わかめご飯の素	*			牛乳	▲牛乳
		フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
		鶏肉の照焼	鶏肉		油•砂糖	醤油・本みりん	たべっ子ベイビー	ピーチケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖
X		白菜の和え物		白菜・人参・さやいんげん		醤油・本みりん・だし	お茶		豆乳・油・黄桃(缶詰)
23 7	木	切干大根の煮物		切干大根・グリンピース	つきこんにゃく・油・砂糖	和風だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
		ごはん			米				
	-	味噌汁	赤みそ・白みそ	かぼちゃ・チンゲン菜		だし			
		豚肉のチャプチェ	豚肉	太もやし・人参・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油	醤油・本みりん・料理酒		じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
		ツナじゃが	ツナフレーク	玉ねぎ	じゃが芋・砂糖	醤油・料理酒・だし	お茶		醤油・油
24 🕏		ごはん		11.+1/.	米	+		牛乳	▲牛乳
		味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	小松菜 りんご(缶詰)		だし			
	-	フルーツ (りんご缶) 高野豆腐のそぼろ丼	高野豆腐・豚ひき肉	玉ねぎ・人参・しょうが・グリンピース	火・沖・小特・ブケ松	醤油・料理酒・だし	かわらかおかき	カルシウムせんがい	カルシウムせんべい
		平天と大根の煮物	さつま揚げ	大根・さやいんげん	砂糖	醤油・料理酒・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
25 -		味噌汁	赤みそ・白みそ	白菜・わかめ	05 170	だし	0071	0071	IS JON
		肉団子の照り煮	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん	たべっ子ベイビー	ふんわりにんじんクッキー	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
		しらすとキャベツのサラダ	しらす	キャベツ・人参・コーン	油•砂糖	醤油•酢	お茶		油・豆腐・人参
27 J	月	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
		ごはん			*				
	_	味噌汁	赤みそ・白みそ	チンゲン菜	おつゆ麩	だし			
		サバの煮付け	さば	しょうが	砂糖	和風だし・醤油・料理酒		青菜おにぎり	米 ***
			かつお節	ほうれん草・白菜・人参	1,	醤油・本みりん・和風だし	お茶	4. 四	菜めしの素
28)		じゃが芋のあおさ和え		あおさのり	しいが芋	醤油・本みりん		牛乳	▲牛乳
		ごはん		 青ねぎ・大根	米	 だし・醤油・塩			
	+	すまし汁 豆腐のあんかけ丼	 豚肉・豆腐	有ねさ・人恨 玉ねぎ・赤ピーマン・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	だし・醤油・塩 醤油・本みりん・和風だし	かわらかせかき	きなこトーフェ	▲食パン・▲バター
		豆腐のあんかり丼 キャベツと小松菜のお浸し	ויטריט ユルト	キャベツ・小松菜・人参	→	醤油・本みりん・和風だし	お茶	こるこドースト	きな粉・砂糖
29 7		味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・わかめ		だし	3071	牛乳	▲牛乳
	-	フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)		. = 5		" " " " " " " " " " " " " " " " " " "	
	\dagger	鶏肉と野菜の甘酢炒め	鶏肉	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン	油・砂糖・でん粉	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし	たべっ子ベイビー	ねぎ味噌お焼き	米・でん粉・赤みそ
		高野豆腐の煮物	高野豆腐	さやいんげん	砂糖	和風だし・醤油・料理酒	お茶		しらす・青ねぎ・油
30 7	木	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
		味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし			
		フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)					
		ハロウィンおばけカレー	牛肉	玉ねぎ・人参・グリンピース	米・じゃが芋・油	カレーフレーク(アレルゲンフリー)		りんごかん	寒天・りんごジュース
		カラフルサラダ	ちくわ	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・コーン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶		砂糖
31 🕏	金	フルーツ (バナナ)		バナナ				アンバンマンソフトせんべい	ソフトせんべい
								牛乳	▲牛乳

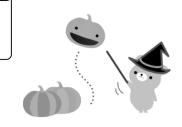
栄養価の平均 エネルギー472kcal たんぱく質15.6g 脂質13.9g カルシウム188mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*} そば・落花生の入った食材は使用しておりません。 * 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。 * お米は国産米使用しています。 <アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年10月度 きたばたけ保育園 完了期メニュー(12~18か月頃)



★の日はお誕生日会

② の日はお楽しみメニュー

口曜	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)	ă	5やつ(午後)	
日曜 日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	鶏肉の煮物	鶏肉		砂糖	醤油・本みりん・和風だし	野菜ハイハイン	りんご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ちくわと白菜のサラダ	ちくわ	白菜・プロッコリー・コーン・人参・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶		りんごジュース・りんご(缶詰)・油
1 水	さつま芋の煮物			さつま芋	醤油・本みりん・だし		牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
\vdash	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草	T-I) Wd	だし		m2++++0>-+	
	白身魚の煮付け	ホキー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	しょうが	砂糖砂糖	醤油・料理酒・だし 酢・醤油		野菜パンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
2 *	もやしと胡瓜の酢の物 蒸かぼちゃ	ンプの別	太もやし・きゅうり・人参 かぼちゃ	19年	斯·酱油 塩	お茶	牛乳	油・野菜&果物ジュース ▲牛乳
2 /	軟飯		12145 W	米			十孔	▲ 干+6
	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	わかめ		だし			
	五目うどん	牛肉・生揚げ	大根・人参・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	野菜ハイハイン	わかめお焼き	*
	白菜とチンゲン菜の梅風味和え		白菜・チンゲン菜・練り梅		醤油・本みりん・和風だし	お茶		わかめご飯の素
3 金	軟飯			*			牛乳	▲牛乳
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
	豚丼	豚肉	人参・玉ねぎ	米・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
	もやしと小松菜のあおさ和え		太もやし・小松菜・あおさのり		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
4 土	味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草		だし			
				\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \				\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \
	十五夜ハンバーグ	うさぎ型ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース			さつま芋
	ポテトフライ	1.57	+	ポテトフライ・油	塩	お茶	牛乳	▲牛乳
6 月	キャベツとしらすのサラダ	しらす	キャベツ・きゅうり・人参	油・砂糖	醤油•酢			
	軟飯		玉ねぎ・コーン	米	T+2/720/2			
	スープ		玉ねさ・コーク		チキンコンソメ お月見ゼリー			
-	お月見ゼリー 白身魚の照焼	たら		砂糖•油	醤油・本みりん	ベビーせんべい	幼司お焼き	米・納豆・あおさのり
	白芽点の点焼 白菜と小松菜の赤しそ和え	(2)	白菜・小松菜・人参	U2 176 - /W	ゆかり	お茶	₩3五00%tC	深・納豆・めのこのり 醤油・でん粉・油
7 11	かぼちゃの煮物		かぼちゃ	砂糖	だし・醤油・本みりん	05m	牛乳	▲牛乳
	軟飯			米	,		1 20	_ 190
	味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・わかめ		だし			
	秋野菜マーボー	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・れんこん・チンゲン菜・干しいたけ	砂糖・ごま油・油・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	野菜ハイハイン	シュガートースト	▲食パン・▲バター
	切干大根の中華和え		切干大根・きゅうり・人参	砂糖・ごま油	醤油	お茶		砂糖
8 水	軟飯			*			牛乳	▲牛乳
	中華スープ		キャベツ・青ねぎ		中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)					
	鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	ベビーせんべい	豆腐ブラウニー	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー
	平天と野菜のソテー	さつま揚げ	太もやし・人参・ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		油•豆腐•砂糖
9 木	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし	ma ++ · · · · · ·	7111	
	肉じゃが	牛肉	玉ねぎ・人参	じゃが芋・砂糖		野菜ハイハイン	ぶとうかん	寒天・ぶどうジュース
10 🛆	キャベツとプロッコリーのサラダ		キャベツ・ブロッコリー・コーン・赤ピーマン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油 _平	酢・塩・醤油	お茶	A" L"	砂糖
立金	軟飯		白菜•小松菜	米	だし			ベビーせんべい
	スープ				1.0		牛乳	▲牛乳
	きつねうどん	味付け油揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
	白菜の塩昆布和え	2013.27mm/2	白菜・人参・塩昆布			お茶	お茶	ほうじ茶
11 土	軟飯			米		3071	3071	. = =
	白身魚の煮付け	たら	しょうが	砂糖	醤油・料理酒・だし	ベビーせんべい	おかかお焼き	米・かつお節
	ウインナーとキャベツのソテー	ウインナー	キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		醤油
14 火	ひじき煮	油揚げ	ひじき・人参	油·砂糖	だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草・大根		だし			
	チキンソテー和風きのこソース	鶏肉	エリンギ・しめじ	油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・料理酒		ミルクラスク	
	コーンサラダ		太もやし・コーン・きゅうり	砂糖・オリーブ油	酢•醤油	お茶		▲スキムミルク・砂糖
15 水	マカロニのケチャップソテー		玉ねぎ・ピーマン	マカロニ・油	チキンコンソメ・トマトケチャップ		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	スープ		小松菜・人参		チキンコンソメ			

付 16 17 20 21 21 22 本 木 金 17 30 40 47 4	主な材料と体内での働き					おやつ(午前)	đ	おやつ(午後)
16	昼食	主にからだをつくる	3もの 主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
16	 シチュー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキム	ムミルク 人参・玉ねぎ・グリンピース		▲クリームシチューミックス	ベビーせんべい	豚ねぎお焼き	米・でん粉・醤油
16 本 金 月 ツ 水 香		ツナフレーク	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶	73 Ta C 3077 C	豚ひき肉・青ねぎ・ごま油
17 20 21 22 17 23 24 25 25 26 27 28 29 30 30 30 30 30 30 30 3	ン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
17 20 21 22 ★ 木 金 1月 以 水 語 17 00 で	(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					
17 20 21 22 ★ 木 金 1月 以 水 語 17 00 で								
17	のケチャップ炒め	プ炒め 豚肉	玉ねぎ・太もやし・人参・ピーマン	油•砂糖	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒	野菜ハイハイン	大学芋	さつま芋・油
Red	₫	しらす・大豆		油•砂糖	醤油・料理酒	お茶		砂糖・黒ごま
20 21 21 22 21 1 22 24 25 25 26 26 27 28 29 29 20 24 27 28 29 29 29 20 24 27 27 28 29 29 29 20 24 27 27 28 29 29 29 29 29 29 29 29 29 29 29 29 29				*			牛乳	▲牛乳
20		赤みそ・白みそ	チンゲン菜	おつゆ麩	だし			
20 21 22 24 25 27 28 29 29 30 30 pp s	(みかん缶))	みかん(缶詰)					
20 月	ポテト			▲マッシュポテト・油		野菜ハイハイン	ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
1	-と野菜のソテー	ソテー ウインナー	キャベツ・玉ねぎ・赤ピーマン	油	チキンコンソメ	お茶		油・▲ヨーグルト・いちごジャム
21	煮物	がんもどき		砂糖	だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳
21 22 24 25 25 27 28 29 29 30 30 1 3				米				
21		赤みそ・白みそ	大根・人参		だし			
21	蒲焼風	たら	しょうが	でん粉・油・砂糖	料理酒・醤油・本みりん	ベビーせんべい	ジャムサンド	
 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	和え物	白菜・チンゲン菜・人参		醤油・本みりん・だし	お茶		いちごジャム
では	の旨煮			さつま芋	醤油・本みりん・和風だし		牛乳	▲牛乳
22				米				
22		豆腐・赤みそ・白			だし			
22 水 水 水 水 水 カ 金		豚肉	玉ねぎ・人参・太もやし・コーン・青ねぎ	焼きそは用麺・油・こま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース		ツナ味噌お焼き	
→ 本 本 23	1	肉しゅうまい		N/		お茶	=	赤みそ・醤油・砂糖
★ 本 第 23 本 本 第 24 25 本 第 25 本 本 第 25 本 本 第 24 25 本 本 第 25 本 本 第 25 本 本 本 第 25 本 本 本 第 26 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本 本	(100 (5.45)		10° 45. (/T=+1)	米			牛乳	▲牛乳
A	(ハイン缶))	パイン(缶詰)					
A	att			 油 • 砂糖	醤油・本みりん	0,17, TT (0,17)	10 TF +	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖
23木2425272829木おいまでは、おいまでは、おいまでは、ころも、ころも、ころも、ころも、ころも、ころも、ころも、ころも、ころも、ころも		天局へり	白菜・人参・さやいんげん	一	醤油・本みりん・だし	お茶	ヒーナクーキ	豆乳・油・黄桃(缶詰)
24数252725土月火次大かか次かかか25土月大25土内大25大かか26力かか27大かか28大かか29かかか29かかか29かかか29かかか29かかか29かかか29かかか20かか<			切干大根・グリンピース	 つきこんにゃく・油・砂糖	和風だし・醤油・料理酒	の余	牛乳	▲牛乳
Recompleted State	刀無机		切十八根・グランピース	米	和風にひる醤油・料理酒		十子山	▲十子6
242518金土月8大内のじのでのではできます。 中ではできます。 中ではできます。 中ではできます。 中ではできます。 中ではできます。 中ではできます。 中ではできます。 中ではできます。 中ではできます。 		赤みそ・白みそ	かぼちゃ ・ チンゲン菜	*	 だし			
24金ツ軟金土月か大大か大大か大大か大大い大大 <t< td=""><td>ャプチェ</td><td>豚肉</td><td>太もやし・人参・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン</td><td>緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油</td><td>醤油・本みりん・料理酒</td><td>野莖ハイハイン</td><td>じゅこお性き</td><td>米・しらす・あおさのり</td></t<>	ャプチェ	豚肉	太もやし・人参・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油	醤油・本みりん・料理酒	野莖ハイハイン	じゅこお性き	米・しらす・あおさのり
24金軟味フランス25土月大大内のとますの大内のとますの大大内のとますの大大中ほじ軟する中大大中大大<		ツナフレーク	玉ねぎ	じゃが芋・砂糖	醤油・料理酒・だし	お茶	0 (0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	醤油・油
Red	5	3,30	1240	米			牛乳	▲牛乳
フルーワーツ (りんごう (リーツ) (りんごう (リーツ) (りんごう (リーツ) (油揚げ・赤みそ・白	ヨみそ 小松菜		だし		1 50	_ 1 30
25 土 高平	(りんご缶)		りんご(缶詰)					
25土内大内内大内大大内大大中大大中大大中大大 <td< td=""><td></td><td></td><td>肉 玉ねぎ・人参・しょうが・グリンピース</td><td>米・油・砂糖・でん粉</td><td>醤油・料理酒・だし</td><td>ベビーせんべい</td><td>野菜ハイハイン</td><td>野菜ハイハイン</td></td<>			肉 玉ねぎ・人参・しょうが・グリンピース	米・油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・だし	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
27 内 内 内 内 内 内 内 内 内	根の煮物	さつま揚げ	大根・さやいんげん	砂糖	醤油・料理酒・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
27		赤みそ・白みそ	白菜・わかめ		だし			
27								
27								
27 月 蒸放 味噌汁 白身魚の煮付けほうれん草のあおさず 軟飯 味噌汁 白身魚の煮付けほうれん草のあおさず 軟 ま ま で ま で か ま で で が ま で で が ま で で が で で で で で で で で	照り煮	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん	野菜ハイハイン	ふんわりにんじんクッキー	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
 軟飯 味噌汁 白身魚の煮付け ほうれん草と白菜の むすが芋のあおされ 軟成し汁 豆腐ベバナンル・公女 ボスカーツ(黄桃田) 鶏肉と野腐の煮物 味噌汁 フルーツが カラフルサラダ 	キャベツのサラダ	サラダ しらす	キャベツ・人参・コーン	油•砂糖	醤油•酢	お茶		油・豆腐・人参
味噌汁 白身魚の煮付け ほうれん草と白菜の 火 じゃが芋のあおさ 軟飯 寸まのかり 大 豆腐のツンと小松豆腐のツンと小松豆腐のツンと小松豆腐の 大 フルーツ(黄桃田 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ (みかん カラフルサラダ	芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
28 火 白身魚の煮付け ほうれん草と白菜の じゅが芋のあおさ 軟飯 すまし汁 豆腐のあんかけちキャベツと小松菜 味噌汁 フルーツ (黄郷田 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ (みかん 肉 しゃが カラフルサラダ				*				
ほうれん草と白菜の はっれん草と白菜の 以 じゃが芋のあおさず 軟飯 すまし汁 豆腐のあんかけずキャペツと小松菜 味噌汁 フルーツ (黄桃田 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーが カラフルサラダ		赤みそ・白みそ	チンゲン菜	おつゆ麩	だし			
28 火 じゃが芋のあおさ 軟飯 すまし汁 豆腐のあんかけ丼キャベツンと小松菜 味噌汁 フルーツ (黄桃色 鶏肉と野菜の甘酢高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ (みかん 肉 ウラフルサラダ	煮付け	かれい	しょうが	砂糖	和風だし・醤油・料理酒	ベビーせんべい	青菜お焼き	米
軟飯 すまし汁 豆腐のあんかけち キャベツと小松菜 味噌汁 フルーツ (黄桃年 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ (みかん カラフルサラダ			ほうれん草・白菜・人参		醤油・本みりん・和風だし	お茶		菜めしの素
すまし汁 豆腐のあんかけちキャベツと小松菜 味噌汁 フルーツ (黄桃缶	のあおさ和え	え	あおさのり	じゃが芋	醤油・本みりん		牛乳	▲牛乳
豆腐のあんかけち キャベツと小松菜 キャベツと小松菜 マルーツ (黄桃色 鶏肉と野菜の甘酢 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ (みかん 肉じゃが カラフルサラダ				米	+			
キャベツと小松菜 味噌汁 フルーツ (黄桃色		07 -	青ねぎ・大根		だし・醤油・塩			
29 水 味噌汁 フルーツ(黄桃田 鶏肉と野菜の甘酢 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん 肉じゃが カラフルサラダ		豚肉・豆腐	玉ねぎ・赤ピーマン・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし		きなこトースト	▲食パン・▲バター
フルーツ (黄桃田 鶏肉と野菜の甘酢 高野豆腐の煮物 軟飯 味噌汁 フルーツ (みかん 肉じゃが カラフルサラダ	と小松菜のお浸し		キャベツ・小松菜・人参		醤油・本みりん・和風だし	お茶	4. 5.	きな粉・砂糖
鶏肉と野菜の甘酢 高野豆腐の煮物 木 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん 肉じゃが カラフルサラダ	(++ +	赤みそ・白みそ	太もやし・わかめ		だし		牛乳	▲牛乳
高野豆腐の煮物 木 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん 肉じゃが カラフルサラダ	(寅桃缶)		黄桃(缶詰)					
高野豆腐の煮物 木 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん 肉じゃが カラフルサラダ	せつ せきたかい ひ	め、・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン	油・砂糖・でん粉	酢・醤油・トマトケチェップ・中華だり	^ L' _ +	クギは除させる	坐。でな些・キュマ
本 軟飯 味噌汁 フルーツ (みかん) 肉じゃが カラフルサラダ		め	さやいんげん	一川・砂糖・Cん粉 砂糖	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし 和風だし・醤油・料理酒	か茶	140坏『の焼き	米・でん粉・赤みそしらす・青ねぎ・油
味噌汁 フルーツ (みかん 肉じゃが カラフルサラダ	ル宗物	同野立橋	G (~V 1701)/10	米	TUANCU・香油・科珠浴	の末	牛乳	しら9・青ね己・油 ▲牛乳
フルーツ (みかん 肉じゃが カラフルサラダ		赤みそ・白みそ	し ほうれん草	おつゆ麩	だし		十五	→ ⊤+0
肉じゃが カラフルサラダ	(みかん生)	77.7	みかん(缶詰)	00 Jiyw				
カラフルサラダ		クーロー	玉ねぎ・人参	 じゃが芋・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒	野苹ハイハイン	りんごかん.	寒天・りんごジュース
		ちくわ	キャベツ・ブロッコリー・赤ピーマン・コーン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	・	お茶	J, 0 C /3 / 0	砂糖
0 1 1 212 1 21 21 21 21 21 21 21 21 21 21	, , ,	2 17		米	J	3071	ベビーせんべい	ベビーせんべい
スープ			大根・チンゲン菜		だし		牛乳	▲牛乳
					-= -		1 30	

栄養価の平均 エネルギー377kcal たんぱく質13.3g 脂質10.5g カルシウム156mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

* そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

* お米は国産米を使用しています。

〈アレルギーについて〉卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年10月度 きたばたけ保育園 後期メニュー(9~11か月頃)



アレルギー表示

●卵 ▲乳

口曜			主な材	料と体内での働き		おやつ(午前)	đ	5やつ(午後)
日曜	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	豆腐と野菜の煮物	豆腐	白菜・人参	でん粉	だし	お茶	みそ入り5倍がゆ	米
	さつま芋の煮物			さつま芋	だし			赤みそ
1 水	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		玉ねぎ・ほうれん草		だし			
	白身魚と野菜の煮物	かれい	キャベツ・玉ねぎ	でん粉	だし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	
	かぼちゃの煮物		かぼちゃ	N/	だし			あおさのり
2 不	5倍がゆ		1.45	米	→ *1		お茶	ほうじ茶
	スープ		人参	そうめん	だし			
+	 鶏肉と野菜のうどん	 鶏ひき肉	人参・大根	うどん・でん粉	だし	 お茶	人参入り5倍がゆ	米
	白菜とチンゲン菜の煮浸し		白菜・チンゲン菜		だし			人参
3 金	フルーツ(バナナ)		バナナ				お茶	ほうじ茶
	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	キャベツ・人参	でん粉	だし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし			きな粉
6月	5倍がゆ		T-10-44	米 ***	±",		お茶	ほうじ茶
	スープ		玉ねぎ	おつゆ麩	だし			
	 白身魚と野菜の煮物	たら	白菜・人参	でん粉	だし	お茶	しらす入り5倍がゆ	米
	かぼちゃの旨煮		かぼちゃ		だし			しらす
7 火	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		小松菜	そうめん	だし			
-	京府と野芸の老畑	豆腐	玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉	 だし	お茶	ミルクパンがゆ	▲ 舎パン
	豆腐と野菜の煮物人参の煮物	立阀	大参	こん物	だし	の栄	ミルクハフかゆ	▲スキムミルク
2 7k	5倍がゆ		八多	 米	120		お茶	ほうじ茶
0 %	スープ		キャベツ・青ねぎ		だし		05 K	はランバ
			7, 7, 7, 7, 7, 7, 7, 7, 7, 7, 7, 7, 7, 7		, , ,			
	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・ピーマン	でん粉	だし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米
	さつま芋と人参の煮物		人参	さつま芋	だし			あおさのり
9 木	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし			
-	強さされた服芸の老姉	鶏ささみ	人参	じゃが芋・でん粉	だし	お茶	みそ入り5倍がゆ	本
	鶏ささみと野菜の煮物 ブロッコリーとパプリカの煮物	************************************	へ参 ブロッコリー・赤パプリカ	O.600.7 • C.0000	だし	の米	みて入りり借かゆ	赤みそ
10 全	5倍がゆ			**	120		お茶	ほうじ茶
. <u>w</u>	スープ		白菜・小松菜		だし		00 TK	はランス
					, , ,			
	白身魚とキャベツの煮物	たら	キャベツ	でん粉	だし	お茶	人参入り5倍がゆ	米
	玉ねぎと人参の煮物		玉ねぎ・人参		だし			人参
14 火	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		ほうれん草・大根		だし			
+	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・ピーマン	でん粉	」 だし	お茶	きなこパンがゆ	▲食パン・▲スキムミルク
	人参の煮物		人参	-1.01/9	だし	0071	3 5. 2. 12 13 19	きな粉
15 水	5倍がゆ			*			お茶	ほうじ茶
	スープ		小松菜	そうめん	だし			

口頭						おやつ(午前)	ð	うかつ(午後)	
日曜付日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料	
16 木	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋と人参の煮物 5倍がゆ	豆腐	ブロッコリー・赤パプリカ 人参	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶	
	スープ 鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	キャベツ・玉ねぎ 白菜・人参	でん粉	だし	お茶	しらす入り5倍がゆ	*	
17 金	玉ねぎとピーマンの煮浸し 5倍がゆ スープ		玉ねぎ・ピーマン チンゲン菜	米おつゆ麩	だし		お茶	しらす ほうじ茶	
	豆腐と野菜の煮物 キャベツの煮浸し	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ キャベツ	でん粉	だし だし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	米 きな粉	
20 月	5倍がゆ スープ		大根・人参	*	だし		お茶	ほうじ茶	
21 火	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ	たら	白菜・チンゲン菜	でん粉 さつま芋 米	だしだし	お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶	
	スープ	响7人 主内	ほうれん草・人参	ニ レ / ・ で / W	だし	+\+;	3. 7.3.10 E 19 + 1/4	N/	
22 水	鶏肉と野菜のうどん 小松菜とパプリカの煮浸し じゃが芋の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参 小松菜・黄パプリカ	じゃが芋	だしだし	お茶	みそ入り5倍がゆお茶	赤みそほうじ茶	
23 木	豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5 5倍がゆ スープ	豆腐	ロ菜・人参 かぼちゃ チンゲン菜	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆ	米 人参 ほうじ茶	
24 金	鶏ささみと野菜の煮物 じゃが芋と人参の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	キャベツ・赤パプリカ 人参 玉ねぎ・小松菜	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶	しらす入り5倍がゆ	米 しらす ほうじ茶	
27 月	豆腐とチンゲン菜の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐	チンゲン菜 キャベツ・人参	でん粉 米 おつゆ麩・さつま芋	だしだし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	米 きな粉 ほうじ茶	
28 火	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋と人参の煮物 5倍がゆ スープ	かれい	白菜・ほうれん草 人参 大根・青ねぎ	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶	
29 水	豆腐と野菜の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ キャベツ・人参 小松菜	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	きなこパンがゆ	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶	
30 木	鶏肉と野菜の煮物 人参の煮物 5 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・黄パプリカ 人参 ほうれん草	でん粉 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	みそ入り5倍がゆ	米 赤みそ ほうじ茶	
31 金	鶏ささみと野菜の煮物 ブロッコリーとパブリカの煮浸し 5 倍がゆ スープ	鶏ささみ	人参 ブロッコリー・赤パプリカ 大根・チンゲン菜	じゃが芋・でん粉	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆ	米 人参 ほうじ茶	
	\ \alpha = \forall \		八成ーテンテン木	光 章		これ たんぱん 無フ			

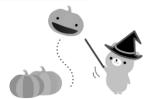
栄養価の平均 エネルギー147kcal たんぱく質7.4g 脂質1.4g カルシウム85mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*} そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
* お米は国産米を使用しています。
〈アレルギーについて〉卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年10月度 きたばたけ保育園 中期メニュー(7~8か月頃)



_ n∋∋			主な材			おやつ(午前)
付 日曜	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立
	豆腐と野菜の煮物	豆腐	白菜・人参	でん粉	だし	お茶
	さつま芋の煮物			さつま芋	だし	
1 水	て倍がゆ			*		
	スープ		玉ねぎ・ほうれん草		だし	
+	白身魚と野菜の煮物	かれい	キャベツ・玉ねぎ	でん粉		<u>お茶</u>
	かぼちゃの煮物		かぼちゃ		だし	
2 木	7倍がゆ			*		
	スープ		人参	そうめん	だし	
\top	鶏肉と野菜のうどん	鶏ひき肉	人参・大根	うどん・でん粉	だし	お茶
	白菜とチンゲン菜の煮浸し		白菜・チンゲン菜		だし	
3 余	フルーツ(バナナ)		バナナ			
+	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	キャベツ・人参	でん粉	だし	お茶
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし	
6月	7倍がゆ			*		
	スープ		玉ねぎ	おつゆ麩	だし	
			1100	352792		
+	白身魚と野菜の煮物	たら	白菜・人参	でん粉	だし	お茶
	かぼちゃの旨煮		かぼちゃ		だし	00711
7 ル	フ倍がゆ		,	*		
' /	スープ		小松菜	そうめん	だし	
				(3,037,0	7.00	
+		豆腐	玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉	だし	お茶
	人参の煮物	11-9	人参	(7,04)3	だし	0071
8 7k	て倍がゆ			*	,,,,	
5	スープ		キャベツ・青ねぎ		だし	
			T T T BIGC		7.2.0	
+	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・ピーマン	でん粉	だし	お茶
	さつま芋と人参の煮物	7.00 CF3	人参	さつま芋	だし	0071
9 木	ころは、これがの			**	,,,,	
7 /1	スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし	
			18 24 000	00 2192	120	
+	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	人参	じゃが芋・でん粉	ー だし	お茶
	ブロッコリーとパプリカの煮物	And C C O J	ヘシ ブロッコリー・赤パプリカ	0 (4/3 3	だし	0071
10 全	7倍がゆ		30000	*	7.2.0	
ο M	スープ		白菜・小松菜		だし	
					720	
+	白身魚とキャベツの煮物	たら	キャベツ	でん粉	だし	 お茶
	玉ねぎと人参の煮物		玉ねぎ・人参	(704)	だし	00A
14. 11/	五個など人参の無視 7倍がゆ		エロスピーハシー	米	,	
	7日かゆ スープ		 ほうれん草・大根		だし	
			10. 21. 17.0平 - 八郎			
+	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・ピーマン	でん粉	だし	お茶
	人参の煮物		人参		だし	
حا جاد	ころ倍がゆ			*		
15: JK		1	1	1	İ	
15 /	スープ		小松菜	そうめん	だし	

П	曜			主な	材料と体内での働き		おやつ(午前)
付		昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立
		豆腐と野菜の煮物 じゃが芋と人参の煮物	豆腐	ブロッコリー・赤パブリカ 人参	でん粉 じゃが芋	だし だし	お茶
16	木	7倍がゆ スープ		キャベツ・玉ねぎ	*	だし	
		鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎとピーマンの煮浸し	鶏ささみ	 白菜・人参 玉ねぎ・ピーマン	でん粉	だし だし	お茶
17	金	7倍がゆ スープ		チンゲン菜	米おつゆ麩	だし	
		豆腐と野菜の煮物キャベツの煮浸し	豆腐	 玉ねぎ・赤パプリカ キャベツ	でん粉	だし だし	お茶
20	月	7倍がゆ スープ		大根•人参	*	だし	
		白身魚と野菜の煮物	たら	白菜・チンゲン菜	でん粉	だし	お茶
21	火	さつま芋の煮物 7倍がゆ			さつま芋	だし	
		スープ	鶏ひき肉	ほうれん草・人参 玉ねぎ・人参	うどん・でん粉	だし	+/+
20		鶏肉と野菜のうどん 小松菜とパプリカの煮浸し	糖の合物	小松菜・黄パプリカ	じゃが芋	だし	お茶
22	小	じゃが芋の煮物			C400- 1	120	
		豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの煮物	豆腐	白菜・人参 かぼちゃ	でん粉	だし だし	お茶
23	: 1	了倍がゆ スープ		チンゲン菜	米 そうめん	だし	
0.4		鶏ささみと野菜の煮物 じゃが芋と人参の煮物	鶏ささみ	キャベツ・赤パプリカ 人参	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶
24	<u> </u>	了倍がゆ スープ		玉ねぎ・小松菜		だし	
27	月	豆腐とチンゲン菜の煮物 キャベツと人参の煮浸し 7倍がゆ	豆腐	チンゲン菜 キャベツ・人参	でん粉 米	だしだし	お茶
		スープ			おつゆ麩・さつま芋	だし	
28	117	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋と人参の煮物 7倍がゆ	かれい	白菜・ほうれん草 人参	でん粉 じゃが芋 米	だし だし	お茶
		スープ		大根・青ねぎ		だし	
		豆腐と野菜の煮物 キャベツと人参の煮浸し	豆腐	玉ねぎ・赤パプリカ キャベツ・人参	でん粉	だしだし	お茶
29	水	7倍がゆ スープ		小松菜	そうめん	だし	
		鶏肉と野菜の煮物 人参の煮物	鶏ひき肉	玉ねぎ・黄パプリカ 人参	でん粉	だしだし	お茶
30	木	7倍がゆ スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし	
	: 1	鶏ささみと野菜の煮物 ブロッコリーとパプリカの煮浸し	鶏ささみ	人参 ブロッコリー・赤パプリカ	じゃが芋・でん粉	だし だし	お茶
31	: 1	7倍がゆ スープ		大根・チンゲン菜	*	だし	
						たんぱく質4.6g 脂質0.9g	カルシウム54mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*}そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
*お米は国産米を使用しています。
〈アレルギーについて〉卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年10月度 きたばたけ保育園 初期メニュー(5~6か月頃)

アレルギー表示

●卵 ▲乳

	n∋∌		主な材料と体内での働き							
付付	曜 日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他				
		さつま芋のペースト			さつま芋					
1	水	ほうれん草のペースト		ほうれん草	717					
		10倍がゆ 白身魚のペースト	かれい		*					
2	木	かぼちゃのペースト	75 4 00 1	かぼちゃ						
		10倍がゆ			*					
3	소	大根のペースト チンゲン菜のペースト		大根チンゲン菜						
	717	10倍がゆ			*					
		キャベツのペースト		キャベツ						
6	月	人参のペースト 1 O倍がゆ		人参	米					
		<u></u>		かぼちゃ						
7	火	小松菜のペースト		小松菜						
		10倍がゆ チンゲン菜のペースト		エンゲン芸	*					
8	水	豆腐のペースト	豆腐	チンゲン菜						
Ĺ	<u> </u>	10倍がゆ	· -		*					
_		人参のペースト		人参	* - = =					
9	不	さつま芋のペースト 1 O倍がゆ			さつま芋					
	H	白菜のペースト			70					
10	金	ブロッコリーのペースト		ブロッコリー						
_	\sqcup	10倍がゆ ほうれん草のペースト		 ほうれん草	*					
14	火	大根のペースト		大根						
		10倍がゆ			*					
		人参のペースト		人参						
15	水	小松菜のペースト 10倍がゆ		小松菜	米					
	H	豆腐のペースト	豆腐		ZIN					
16	木	ブロッコリーのペースト	· -	ブロッコリー						
	\square	10倍がゆ 京芸の8 31			米					
17	余	白菜のペースト 人参のペースト		白菜 人参						
	34	10倍がゆ			*					
		大根のペースト		大根						
20	月	キャベツのペースト 1 O倍がゆ		キャベツ	米					
	$\vdash \vdash$	<u>さつま芋のペースト</u>			本 さつま芋					
21	火	チンゲン菜のペースト		チンゲン菜						
	-	10倍がゆ キャベツのペースト		キャベツ	*					
22	水	人参のペースト		イヤ ヘツ 人参						
		10倍がゆ			米					
		チンゲン菜のペースト		チンゲン菜						
23	1	かぼちゃのペースト 1 O倍がゆ		かぼちゃ	米					
	$\dagger \dagger$	小松菜のペースト								
24	金	じゃが芋のペースト			じゃが芋					
_	\vdash	10倍がゆ チンゲン菜のペースト			*					
27	月	人参のペースト		デンケン米 人参						
		10倍がゆ			*					
00	,,,	白身魚のペースト	かれい	ほうれん草						
28	ᄽ	ほうれん草のペースト 1 O倍がゆ		は J1 i/U早 	*					
	$ \cdot $	玉ねぎのペースト		玉ねぎ	·					
29	水	小松菜のペースト		小松菜						
_		10倍がゆ ほうれん草のペースト		 ほうれん草	米					
30	木	人参のペースト		人参						
		10倍がゆ			*					
24	<u>~</u>	大根のペースト		大根 ブロッコリー						
31	五	ブロッコリーのペースト 1 O倍がゆ			米					
<u> </u>	:1	. = .= .>	1		<u>I ^^ </u>					

栄養価の平均 エネルギー38kcal たんぱく質1.2g 脂質0.4g カルシウム22mg