




献立表



大空町認定こども園めまんべつ(一般)
2021年10月

日	曜	10時食(未満児のみ)	昼食	スプーン フォーク	3時食※
01	金	せんべい	ごはん,チキンカレー,フルーツポンチ,牛乳	スプーン	ぶどうゼリー
04	月	みかん缶	ごはん,わかめとコーンのサラダ,肉じゃが,みそ汁(豆腐・小葱),麦茶	年長さんが育てたじゃがいもにんじんたまねぎを使います!	ビスケット,牛乳
05	火	マスカットゼリー	コッペパン,鶏のから揚げ,フレンチサラダ,牛乳		おにぎり,麦茶
06	水	かりんとう	ごはん,豆腐の小判焼き,ほうれん草のごま和え,ふりかけ,麦茶		バナナ,牛乳
07	木	キャンディーチーズ	ごはん,さばの味噌煮,大根の中華和え,ミニゼリー,麦茶		ホットケーキ,牛乳
08	金	ビスケット	ごはん,ポークチャップ,ブロッコリーサラダ,コーンクリームスープ,麦茶	スプーン	ナポリタン,牛乳
11	月	カステラ	ごはん,マーボー豆腐,はるさめスープ(小松菜),オレンジ,麦茶	スプーン	サンドイッチ,牛乳
12	火	ベビーソーセージ	ごはん,鮭ざんぎ,もやしのごま酢和え,みそ汁(わかめ・長ねぎ),麦茶		ヨーグルト,クラッカー
13	水	せんべい	ごはん,コロッケ,ブロッコリーマカロニ和風サラダ,牛乳		りんごゼリー
14	木	もも缶	ごはん,五目つくね,れんこんきんぴら,みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)		ビスケット,牛乳
15	金	ビスケット	ミートソーススパゲティ,バナナ,牛乳	フォーク	おにぎり,麦茶
18	月	キャンディーチーズ	ごはん,揚げ出し豆腐,じゃがいも五目煮,ふりかけ,麦茶		ホットケーキ,牛乳
19	火	せんべい	コッペパン,クリームシチュー,パイン缶,牛乳	スプーン	未: おにぎり,麦茶 以: ぶどうゼリー
20	水	マスカットゼリー	お弁当の日 		コーンフレーク
21	木	ベビーソーセージ	ごはん,さんまのかば焼き,炒り豆腐,みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ),麦茶		バナナ,牛乳
22	金	みかん缶	ごはん,ハンバーグ,コールスローサラダ,ミニゼリー,牛乳		焼きそば,麦茶
25	月	カステラ	ごはん,肉豆腐,キャベツのおかか和え,みそ汁(大根・わかめ),麦茶		チキンナゲット,牛乳
26	火	ビスケット	ごはん,お好み揚げ,ひじきの煮物,ふりかけ(たまご),麦茶		パインヨーグルト
27	水	キャンディーチーズ	【誕生会】ごはん,チキンピーズ,パスタサラダ,牛乳,マスカットゼリー	スプーン	せんべい,麦茶
28	木	かりんとう	ごはん,さばのごま焼き,春雨サラダ,みそ汁(もやし・わかめ),麦茶		サンドイッチ(ハーフ)牛乳
29	金	もも缶	鶏南蛮うどん,塩ゆで枝豆,牛乳		おにぎり,麦茶

平均栄養価	1kg - kcal	卵白ク g	脂質 g	加ゆカ mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	516	19.8	15.9	235	2.1	160	0.33	0.39	26	4.3	1.8
3才未満児	445	17.3	14	223	1.8	142	0.29	0.36	23	3.6	1.5

◎都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。(変更内容はCODMON等でお知らせします)

※3時食は、2時バスを利用しているお子さんは別のおやつを提供することがあります。

3時食は、未満児と以上児で献立が異なることがあります。(未=未満児、以=以上児)

未満児は状況に応じて、17:30に補食を提供します。(献立対象外)