



2024年10月 浜寺太陽幼稚園メニュー(1号)



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	その他	
1	火	白身魚の焼南蛮 サイコロ高野の煮物 ごはん 玉ねぎとわかめの味噌汁 フルーツ (パイナップル)	でん粉・油・砂糖 砂糖 米(国産)	ホキ 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・黄ピーマン 人参・グリーンピース 玉ねぎ・わかめ パイナップル	酢・醤油 和風だし・醤油・料理酒 だし	
2	水	ハヤシライス 切干大根サラダ フルーツ (オレンジ)	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 切干大根・さやいんげん・赤ピーマン オレンジ	ハヤシルウ・トマトケチャップ 醤油・酢・本みりん	
3	木	サクサクコロック ブロッコリーのツナマヨ和え ごはん 白菜と青ねぎの味噌汁 フルーツ (バナナ)	コロック・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ツナフレーク 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・赤ピーマン 白菜・青ねぎ バナナ	醤油 だし	
7	月	味噌だれ肉団子 いんげん豆とツナのサラダ ごはん 小松菜と白菜のすまし汁 フルーツ (オレンジ)	砂糖・ごま油・白ごま・油・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)	肉団子・赤みそ ツナフレーク	しょうが・玉ねぎ・人参 さやいんげん・キャベツ・コーン・レモン果汁 白菜・小松菜 オレンジ	醤油・料理酒 酢・塩・醤油 だし・醤油・本みりん・塩	
8	火	サバの旨煮 もやしとブロッコリーのサラダ ごはん 花麩と豆腐のすまし汁 フルーツ (パイナップル)	砂糖 油・砂糖 米(国産) 花麩	さば 豆腐	しょうが ブロッコリー・人参・太もやし パイナップル	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・酢 だし・醤油・本みりん・塩	
9	水	けんちんうどん ちくわの磯辺揚 フルーツ (バナナ)	うどん 天ぷら粉・油	鶏肉・生揚げ ちくわ	大根・ごぼう・人参・青ねぎ あおさのり バナナ	だし・白だし 塩	
10	木	カレーライス 大根サラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 砂糖	豚肉 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 黄ピーマン・小松菜・大根 黄桃(缶詰)	カレールウ 醤油・酢	
16	水	炒り豆腐 パンプキンサラダ ごはん 大根とほうれん草の中華スープ フルーツ (バナナ)	油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	豆腐・牛肉	玉ねぎ・ピーマンミックス・しめじ・しょうが かぼちゃ・人参・ドライパセリ 大根・ほうれん草 バナナ	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 塩 鶏がらスープ	
17	木	スパゲティナポリタン ポテトサラダ フルーツ (バナナ)	スパゲティ・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・コーン・トマトピューレ 人参・きゅうり バナナ	塩・トマトケチャップ・コンソメ 塩	
18	金	白身魚の和風ムニエル ナムル ごはん 玉ねぎとわかめのスープ フルーツ (オレンジ)	でん粉・油 砂糖 米(国産)	ホキ	しょうが 切干大根・人参・チンゲン菜・にんにく 玉ねぎ・わかめ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・塩 コンソメ	
21	月	五目あんかけうどん ごまネーズサラダ フルーツ (バナナ)	うどん・でん粉 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま	豚肉・生揚げ 平天	人参・白菜・青ねぎ 玉ねぎ・ドライパセリ バナナ	だし・白だし 塩	
22	火	アジフライタルタルソース きんぴらごぼう 麦入りわかめごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 フルーツ (オレンジ)	油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)・押麦	あじフライ 豆腐・赤みそ・白みそ	ピーマン漬 ごぼう・人参 わかめご飯の素 小松菜 オレンジ	酢 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	
★ 23	水	チーズハンバーグ ウインナーサラダ ピラフ チンゲン菜と玉ねぎのスープ ムースアラモード	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) 安納芋のムース・ホイップクリーム	ハンバーグ・チーズ ウインナー	ブロッコリー・キャベツ コーン チンゲン菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	トマトケチャップ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
24	木	わかめラーメン ちくわと野菜のサラダ フルーツ (バナナ)	ラーメン・油 油・砂糖	豚肉 ちくわ	キャベツ・黄ピーマン・わかめ・青ねぎ・にんにく さやいんげん・人参 バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん 醤油・酢	
25	金	焼豚チャーハン 野菜コロック もやしと小松菜の中華スープ フルーツ (オレンジ)	米(国産)・油 野菜コロック・油	焼豚	玉ねぎ・コーン・人参 太もやし・小松菜 オレンジ	醤油ラーメンスープ・鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ	
28	月	メンチカツ ウインナーと野菜のサラダ ごはん 大根とえのきの味噌汁 フルーツ (オレンジ)	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	メンチカツ ウインナー 赤みそ・白みそ	キャベツ・コーン えのきたけ・大根 オレンジ	トマトケチャップ・中濃ソース 醤油 だし	
29	火	豚肉のチャプチェ ひじき煮 ごはん ほうれん草と白菜のスープ フルーツ (パイナップル)	緑豆春雨・油・砂糖 砂糖 米(国産)	豚肉 油揚げ	玉ねぎ・ピーマンミックス ひじき・人参 ほうれん草・白菜 パイナップル	醤油・本みりん・料理酒・鶏がらスープ 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
30	水	ハロウィンシチュー ミックスサラダ ロールパン フルーツ (オレンジ)	油 砂糖・オリーブ油 ロールパン	鶏肉・牛乳	かぼちゃ・しめじ・人参・玉ねぎ さやいんげん・大根・赤ピーマン・レモン果汁 オレンジ	クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	367kcal	11.9g	9.9g	58mg

※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。

スプーンマークがある日はスプーンを持参して下さい。

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2024年10月 浜寺太陽幼稚園メニュー(2号)



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	その他	
1	火	白身魚の焼南蛮 サイコロ高野の煮物 ごはん 玉ねぎとわかめの味噌汁 フルーツ (パイナップル)	でん粉・油・砂糖 砂糖 米(国産)	ホキ 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・黄ピーマン 人参・グリーンピース 玉ねぎ・わかめ パイナップル	酢・醤油 和風だし・醤油・料理酒 だし	
2	水	ハヤシライス 切干大根サラダ フルーツ (オレンジ)	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 切干大根・さやいんげん・赤ピーマン オレンジ	ハヤシライス 醤油・酢・本みりん	
3	木	サクサクコロッケ ブロッコリーのツナマヨ和え ごはん 白菜と青ねぎの味噌汁 フルーツ (バナナ)	コロッケ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ツナフレーク 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・赤ピーマン 白菜・青ねぎ バナナ	醤油 だし	
7	月	味噌だれ肉団子 いんげん豆とツナのサラダ ごはん 小松菜と白菜のすまし汁 フルーツ (オレンジ)	砂糖・ごま油・白ごま・油・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)	肉団子・赤みそ ツナフレーク	しょうが・玉ねぎ・人参 さやいんげん・キャベツ・コーン・レモン果汁 白菜・小松菜 オレンジ	醤油・料理酒 酢・塩・醤油 だし・醤油・本みりん・塩	
8	火	サバの旨煮 もやしとブロッコリーのサラダ ごはん 花麩と豆腐のすまし汁 フルーツ (パイナップル)	砂糖 油・砂糖 米(国産) 花麩	さば 豆腐	しょうが ブロッコリー・人参・太もやし パイナップル	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・酢 だし・醤油・本みりん・塩	
9	水	けんちんうどん ちくわの磯辺揚 フルーツ (バナナ)	うどん 天ぷら粉・油	鶏肉・生揚げ ちくわ	大根・ごぼう・人参・青ねぎ あおさのり バナナ	だし・白だし 塩	
10	木	カレーライス 大根サラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 砂糖	豚肉 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 黄ピーマン・小松菜・大根 黄桃(缶詰)	カレーライス 醤油・酢	
11	金	豚と根菜の旨煮 しらすとキャベツのサラダ 麦入り菜飯ごはん もやしと青ねぎの味噌汁 フルーツ (オレンジ)	里芋・つきこんにゃく・油・砂糖 油・砂糖 米(国産)・押麦	豚肉 しらす 赤みそ・白みそ	れんこん・人参・干しいたけ・さやいんげん キャベツ・玉ねぎ 菜めしの素 青ねぎ・太もやし オレンジ	和風だし・醤油・料理酒・本みりん 醤油・酢 だし	
15	火	鶏肉の唐揚げ 平天と白菜の煮浸し ごはん わかめスープ オレンジゼリー	でん粉・油 砂糖 米(国産) オレンジゼリー	鶏肉 平天	しょうが 白菜・人参 わかめ・コーン	醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
16	水	炒り豆腐 パンプキンサラダ ごはん 大根とほうれん草の中華スープ フルーツ (バナナ)	油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	豆腐・牛肉	玉ねぎ・ピーマンミックス・しめじ・しょうが かぼちゃ・人参・ドライパセリ 大根・ほうれん草 バナナ	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 塩 鶏がらスープ	
17	木	スパゲティナポリタン ポテトサラダ フルーツ (バナナ)	スパゲティ・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・コーン・トマトピューレ 人参・きゅうり バナナ	塩・トマトケチャップ・コンソメ 塩	
18	金	白身魚の和風ムニエル ナムル ごはん 玉ねぎとわかめのスープ フルーツ (オレンジ)	でん粉・油 砂糖 米(国産)	ホキ	しょうが 切干大根・人参・チンゲン菜・にんにく 玉ねぎ・わかめ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・塩 コンソメ	
21	月	五目あんかけうどん ごまネーズサラダ フルーツ (バナナ)	うどん・でん粉 さつまいも・マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま	豚肉・生揚げ 平天	人参・白菜・青ねぎ 玉ねぎ・ドライパセリ バナナ	だし・白だし 塩	
22	火	アジフライタルタルソース きんぴらごぼう 麦入りわかめごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 フルーツ (オレンジ)	油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)・押麦	あじフライ 豆腐・赤みそ・白みそ	ピーマン漬 ごぼう・人参 わかめご飯の素 小松菜 オレンジ	酢 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	
★ 23	水	チーズハンバーグ ウインナーサラダ ピラフ チンゲン菜と玉ねぎのスープ ムースアラモード	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) 安納芋のムース・ホイップクリーム	ハンバーグ・チーズ ウインナー	ブロッコリー・キャベツ コーン チンゲン菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	トマトケチャップ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
24	木	わかめラーメン ちくわと野菜のサラダ フルーツ (バナナ)	ラーメン・油 油・砂糖	豚肉 ちくわ	キャベツ・黄ピーマン・わかめ・青ねぎ・にんにく さやいんげん・人参 バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん 醤油・酢	
25	金	焼豚チャーハン 野菜コロッケ もやしと小松菜の中華スープ フルーツ (オレンジ)	米(国産)・油 野菜コロッケ・油	焼豚	玉ねぎ・コーン・人参 太もやし・小松菜 オレンジ	醤油ラーメンスープ・鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ	
28	月	メンチカツ ウインナーと野菜のサラダ ごはん 大根とえのきの味噌汁 フルーツ (オレンジ)	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	メンチカツ ウインナー 赤みそ・白みそ	キャベツ・コーン えのきだけ・大根 オレンジ	トマトケチャップ・中濃ソース 醤油 だし	
29	火	豚肉のチャブチ ひじき煮 ごはん ほうれん草と白菜のスープ フルーツ (パイナップル)	緑豆春雨・油・砂糖 砂糖 米(国産)	豚肉 油揚げ	玉ねぎ・ピーマンミックス ひじき・人参 ほうれん草・白菜 パイナップル	醤油・本みりん・料理酒・鶏がらスープ 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
30	水	ハロウィンシチュー ミックスサラダ ロールパン フルーツ (オレンジ)	油 砂糖・オリーブ油 ロールパン	鶏肉・牛乳	かぼちゃ・しめじ・人参・玉ねぎ さやいんげん・大根・赤ピーマン・レモン果汁 オレンジ	クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	367kcal	11.9g	9.9g	58mg

※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。

スプーンマークがある日はスプーンを持参して下さい。

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2024年10月 浜寺太陽幼稚園メニュー(3号)



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き			
			主に熱や力のもとになるもの	主にかたをつくるもの	主にかたの調子を整えるもの	その他
1	火	白身魚の焼南蛮 サイコロ高野の煮物 ごはん 玉ねぎとわかめの味噌汁 フルーツ (パイナップル)	でん粉・油・砂糖 砂糖 米(国産)	ホキ 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・黄ピーマン 人参・グリーンピース 玉ねぎ・わかめ パイナップル	酢・醤油 和風だし・醤油・料理酒 だし
2	水	ハヤシライス 切干大根サラダ フルーツ (オレンジ)	米(国産)・押麦・油 砂糖・オリーブ油	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ 切干大根・さやいんげん・赤ピーマン オレンジ	ハヤシルウ・トマトケチャップ 醤油・酢・本みりん
3	木	サクサクコロッケ ブロッコリーのツナマヨ和え ごはん 白菜と青ねぎの味噌汁 フルーツ (バナナ)	コロッケ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ツナフレーク 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・赤ピーマン 白菜・青ねぎ バナナ	醤油 だし
4	金	チキンソテーきのこソース ごぼうサラダ ごはん 玉ねぎとわかめのスープ フルーツ (りんご)	小麦粉・油・砂糖 青じそドレッシング・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	鶏肉 	しめじ・えのきだけ ごぼう・人参 玉ねぎ・わかめ りんご	塩・ウスターソース・トマトケチャップ・醤油・コンソメ 塩 コンソメ
7	月	味噌だれ肉団子 いんげん豆とツナのサラダ ごはん 小松菜と白菜のすまし汁 フルーツ (オレンジ)	砂糖・ごま油・白ごま・油・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)	肉団子・赤みそ ツナフレーク	しょうが・玉ねぎ・人参 さやいんげん・キャベツ・コーン・レモン果汁 白菜・小松菜 オレンジ	醤油・料理酒 酢・塩・醤油 だし・醤油・本みりん・塩
8	火	サバの旨煮 もやしとブロッコリーのサラダ ごはん 花麩と豆腐のすまし汁 フルーツ (パイナップル)	砂糖 油・砂糖 米(国産) 花麩	さば 豆腐	しょうが ブロッコリー・人参・太もやし パイナップル	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・酢 だし・醤油・本みりん・塩
9	水	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ フルーツ (バナナ)	うどん 天ぷら粉・油	鶏肉・生揚げ ちくわ	大根・ごぼう・人参・青ねぎ あおさのり バナナ	だし・白だし 塩
10	木	カレーライス 大根サラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 砂糖	豚肉 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 黄ピーマン・小松菜・大根 黄桃(缶詰)	カレールウ 醤油・酢
11	金	豚と根菜の旨煮 しらすとキャベツのサラダ 麦入り菜飯ごはん もやしと青ねぎの味噌汁 フルーツ (オレンジ)	里芋・つきこんにやく・油・砂糖 油・砂糖 米(国産)・押麦	豚肉 しらす 赤みそ・白みそ	れんこん・人参・干しいたけ・さやいんげん キャベツ・玉ねぎ 菜めしの素 青ねぎ・太もやし オレンジ	和風だし・醤油・料理酒・本みりん 醤油・酢 だし
15	火	鶏肉の唐揚げ 平天と白菜の煮浸し ごはん わかめスープ オレンジゼリー	でん粉・油 砂糖 米(国産) オレンジゼリー	鶏肉 平天 	しょうが 白菜・人参 わかめ・コーン	醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし コンソメ
16	水	炒り豆腐 パンキンサラダ ごはん 大根とほうれん草の中華スープ フルーツ (バナナ)	油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	豆腐・牛肉	玉ねぎ・ピーマンミックス・しめじ・しょうが かぼちゃ・人参・ドライパセリ 大根・ほうれん草 バナナ	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 塩 鶏がらスープ
17	木	スパゲティナポリタン ポテトサラダ フルーツ (バナナ)	スパゲティ・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・コーン・トマトピューレ 人参・きゅうり バナナ	塩・トマトケチャップ・コンソメ 塩
18	金	白身魚の和風ムニエル ナムル ごはん 玉ねぎとわかめのスープ フルーツ (オレンジ)	でん粉・油 砂糖 米(国産)	ホキ	しょうが 切干大根・人参・チンゲン菜・にんにく 玉ねぎ・わかめ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・塩 コンソメ
21	月	五目あんかけうどん ごまネーズサラダ フルーツ (バナナ)	うどん・でん粉 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま	豚肉・生揚げ 平天 	人参・白菜・青ねぎ 玉ねぎ・ドライパセリ バナナ	だし・白だし 塩
22	火	アジフライタルタルソース きんぴらごぼう 麦入りわかめごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 フルーツ (オレンジ)	油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 つきこんにやく・油・砂糖 米(国産)・押麦	あじフライ 豆腐・赤みそ・白みそ	ピーマン漬 ごぼう・人参 わかめご飯の素 小松菜 オレンジ	酢 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし
23	★水	チーズハンバーグ ウインナーサラダ ピラフ チンゲン菜と玉ねぎのスープ ムースアラモード	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) 安納芋のムース・ホイップクリーム	ハンバーグ・チーズ ウインナー	ブロッコリー・キャベツ コーン チンゲン菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	トマトケチャップ 塩 コンソメ・塩 コンソメ
24	木	わかめラーメン ちくわと野菜のサラダ フルーツ (バナナ)	ラーメン・油 油・砂糖	豚肉 ちくわ	キャベツ・黄ピーマン・わかめ・青ねぎ・にんにく さやいんげん・人参 バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん 醤油・酢
25	金	焼豚チャーハン 野菜コロッケ もやしと小松菜の中華スープ フルーツ (オレンジ)	米(国産)・油 野菜コロッケ・油	焼豚	玉ねぎ・コーン・人参 太もやし・小松菜 オレンジ	醤油ラーメンスープ・鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ
28	月	メンチカツ ウインナーと野菜のサラダ ごはん 大根とえのきの味噌汁 フルーツ (オレンジ)	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	メンチカツ ウインナー 赤みそ・白みそ	キャベツ・コーン えのきだけ・大根 オレンジ	トマトケチャップ・中濃ソース 醤油 だし
29	火	豚肉のチャプチェ ひじき煮 ごはん ほうれん草と白菜のスープ フルーツ (パイナップル)	緑豆春雨・油・砂糖 砂糖 米(国産)	豚肉 油揚げ	玉ねぎ・ピーマンミックス ひじき・人参 ほうれん草・白菜 パイナップル	醤油・本みりん・料理酒・鶏がらスープ 和風だし・醤油・本みりん コンソメ
30	水	ハロウィンシチュー ミックスサラダ ロールパン フルーツ (オレンジ)	油 砂糖・オリーブ油 ロールパン	鶏肉・牛乳 	かぼちゃ・しめじ・人参・玉ねぎ さやいんげん・大根・赤ピーマン・レモン果汁 オレンジ	クリームシチューミックス 酢・塩・醤油
31	木	サバの塩焼 切干大根の中華和え かやくごはん 花麩のすまし汁 フルーツ (パイナップル)	油 ごま油 米(国産) 花麩	さば 油揚げ	切干大根・きゅうり・黄ピーマン 人参・干しいたけ・グリーンピース 小松菜 パイナップル	塩 醤油・酢・本みりん 醤油・本みりん・料理酒・和風だし だし・醤油・本みりん・塩

※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。

※午前おやつは終日既製品のお菓子とお茶の提供です。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
平均栄養価	394kcal	12.2g	11.3g	91mg

月 = マンナビスケット 火 = ソフトせんべい
水 = マンナウエハース 木 = やわらかおかき(のり塩)
金 = 星たべよ 全種類 卵 を含まないお菓子です

☆ 栄養価は、午前おやつ・昼食を合わせた表記となっております。



2024年10月 浜寺太陽幼稚園 午後おやつメニュー(3号)



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

日付	曜日	献立	材料
1	火	みたらしまカロニ 牛乳	マカロニ・砂糖 醤油・でん粉 牛乳
2	水	マスカットフルーツゼリー 牛乳	マスカットゼリーの素 パイン(缶詰) 牛乳
3	木	カレー蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・カレーパウダー・砂糖 豆乳・油・ウイナー 牛乳
4	金	かぼちゃマフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・かぼちゃ 牛乳
7	月	豆腐のふんわりクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 牛乳
8	火	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・油 ヨーグルト・いちごジャム 牛乳
9	水	しらすおにぎり 牛乳	米(国産)・しらす 醤油 牛乳
10	木	お麩のシュガーラスク 牛乳	おつゆ麩・マーガリン グラニュー糖 牛乳
11	金	アップルポテト 牛乳	さつま芋・豆乳 りんごジャム・砂糖 牛乳
15	火	ぶどうフルーツゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 みかん(缶詰) 牛乳
16	水	きなこトースト 牛乳	食パン・マーガリン 砂糖・きな粉 牛乳
17	木	甘味噌おにぎり 牛乳	米(国産)・赤みそ 本みりん・砂糖 牛乳
18	金	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・きな粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油 牛乳
21	月	昆布おにぎり 牛乳	米(国産) 塩昆布 牛乳
22	火	黒糖パンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・黒砂糖・砂糖 豆腐・豆乳・油 牛乳
23	水	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
24	木	じゃこお焼き 牛乳	米(国産)・しらす・あおさのり 醤油・油 牛乳
25	金	おさつ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・さつま芋 牛乳
28	月	ふわふわかぼちゃクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・かぼちゃ 牛乳
29	火	アップルフルーツゼリー 牛乳	青りんごゼリーの素 黄桃(缶詰) 牛乳
30	水	おかかおにぎり 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油 牛乳
31	木	野菜パンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・豆腐 野菜&果物ジュース・油 牛乳
栄養価平均値			エネルギー171Kcal タンパク質4.5g 脂質5.2g カルシウム95mg

*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。

※午後おやつには全日、無調整牛乳70ccを飲みます。