



10月の幼児食

2025年

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
午前			<th>1</th> <td>牛乳</td> <th>2</th> <td>ドリンクヨーグルト</td> <th>3</th> <td>牛乳</td> <th>4</th> <td>麦茶、ぱりんこ</td>	1	牛乳	2	ドリンクヨーグルト	3	牛乳	4	麦茶、ぱりんこ	
昼食		食欲の秋！！ たくさん食べて 元気に過ごそう☆		ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ りんご	ご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 グレープフルーツ	焼きそば 野菜スティック 豆腐スープ バナナ					
午後				牛乳、味しらべ	牛乳、小豆のケーキ	牛乳、たべっこどうぶつ	麦茶、ホームパイ					
午前	6	牛乳	7	麦茶、ホームパイ	8	牛乳	9	りんごジュース	10	牛乳	11	麦茶、カルシウムせん
昼食	ご飯 さわらのムニエル じゃが芋炒め わかめスープ 梨	ビビンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 バナナ	ご飯 たらのみぞマヨ焼き 蒸しかほぢや けんちん汁 みかん缶	マーポー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ オレンジ						
午後	牛乳、味しらべ	牛乳、星たべよ	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、ギュッピ アスパラガス	牛乳、さつま芋蒸しパン	麦茶、ぼたぼた焼き						
午前	13	<td>14</td> <td>麦茶、ぱりんこ</td> <td>15</td> <td>牛乳</td> <td>16</td> <td>オレンジジュース</td> <td>17</td> <td>牛乳</td> <td>18</td> <td>麦茶、ぼたぼた焼</td>	14	麦茶、ぱりんこ	15	牛乳	16	オレンジジュース	17	牛乳	18	麦茶、ぼたぼた焼
昼食	ご飯 さばのカレー風味焼き 切干し大根の旨煮 さつまいものみそ汁 みかん缶	三色どんぶり（卵） 蒸し鶏とブロッコリーの和え物 じゃが芋のすまし汁 柿	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみそ汁 キウイフルーツ	里芋とベーコンの炊き込みご飯 ふわふわきのこバーグ 大根のフレンチサラダ 仙台芭蕉菜とちくわのごま和え かぼちゃの豆乳みそスープ りんご	豚丼 すまし汁 グレープフルーツ							
午後		牛乳、ビスコ	牛乳、ヨーグルトケーキ	牛乳、ココナツサブレ	牛乳、じゃこマヨトースト	麦茶、ヨーグルト						
午前	20	牛乳	21	麦茶、ヨーグルト	22	牛乳	23	ぶどうジュース	24	牛乳	25	麦茶、白い風船
昼食	ピーンズライス にらと豆腐スープ オレンジ	さつま芋御飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみそ汁 梨	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ	きつねうどん ほうれん草とツナの酢和え パイン缶	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ						
午後	牛乳、ココアケーキ	牛乳、鉄入りウエハース	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ゆかりおにぎり	麦茶、ホームパイ						
午前	27	牛乳	28	麦茶、ギュッピ アスパラガス	29	牛乳	30	りんごジュース	31	牛乳		
昼食	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みそ汁 バナナ	もやしとにらのラーメン かぼちゃの甘煮 オレンジ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ロールパン かぼちゃグラタン コーンスープ（ねぎ） フルーツポンチ							
午後	牛乳、ココナツサブレ	牛乳、あおのりおにぎり	牛乳、ぱりんこ	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、かぼちゃマフィン							

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	532	20	17	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	438	16.4	14	1.3
目標量	452	18.1	12.6	1.3

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ

秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？

今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。

そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。

風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださいね！



10月の離乳食(12-18ヶ月)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 牛乳	2 ドリンクヨーグルト	3 牛乳	4 麦茶、ハイハイン
昼食	 <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 食欲の秋！！ たくさん食べて 元気に過ごそう☆ </div>		軟飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	軟飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ りんご	きのこご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 グレープフルーツ	焼きそば 野菜スティック 豆腐スープ バナナ
午後			麦茶、やさいかぞく	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、ミルクウエハース	麦茶、バナナクッキー
午前	6 牛乳	7 麦茶、かぼちゃクッキー	8 牛乳	9 りんごジュース	10 牛乳	11 麦茶、ハイハイン
昼食	軟飯 さわらのムニエル じゃが芋炒め わかめスープ 梨	ピビンパ(軟飯) 白菜の煮びたし えのきのみぞ汁 キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご	軟飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみぞ汁 バナナ	軟飯 たらのみぞマヨ焼き 蒸しかぼちゃ けんちん汁 バナナ	マーボー丼(軟飯) もやしのナムル はるさめと海苔のスープ オレンジ
午後	牛乳、どうぶつビスケット	牛乳、やさいかぞく	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、さつま芋蒸しパン	麦茶、ひじきせんべい
午前	13	14 麦茶、やさいかぞく	15 牛乳	16 オレンジジュース	17 牛乳	18 麦茶、小魚せんべい
昼食	 <div style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 5px; margin-top: 10px;"> スポーツの日 </div>	軟飯 さばのカレー風味焼き 切り干し大根の旨煮 さつまいものみぞ汁 オレンジ	鶏肉の照り焼き丼(軟飯) 蒸し鶏とブロッコリーの和え物 じゃが芋のすまし汁 柿	軟飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみぞ汁 キウイフルーツ	里芋とベーコンの炊き込みご飯 ふわふわきのこバーグ 大根のフレンチサラダ 仙台芭蕉葉とちくわのごま和え かぼちゃの豆乳みそスープ りんご	豚丼(軟飯) すまし汁 グレープフルーツ
午後		牛乳、小魚せんべい	麦茶、バナナヨーグルト	牛乳、ハイハイン	牛乳、手づかみ食パン	麦茶、かぼちゃクッキー
午前	20 牛乳	21 麦茶、ヨーグルト	22 牛乳	23 ぶどうジュース	24 牛乳	25 麦茶、ヨーグルト
昼食	ピーンズライス にらと豆腐スープ オレンジ	さつま芋ご飯(軟飯) タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	軟飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみぞ汁 梨	軟飯 鶏のから揚げ 切り干し大根のサラダ おくらスープ バナナ	きつねうどん ほうれん草とツナの酢和え オレンジ	ひじきチャーハン(軟飯) わかめスープ バナナ
午後	麦茶、バナナクッキー	牛乳、ひじきせんべい	牛乳、ミルクウエハース	麦茶、ゆでじゃがいも	牛乳、ゆかりおにぎり	麦茶、バナナクッキー
午前	27 牛乳	28 麦茶、ひじきせんべい	29 牛乳	30 りんごジュース	31 牛乳	
昼食	軟飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みぞ汁 バナナ	もやしとにらのラーメン かぼちゃの甘煮 オレンジ	軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご	軟飯 厚揚げと豚肉のみぞ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	パン・ロールパン かぼちゃグラタン コーンスープ(ねぎ) フルーツポンチ	
午後	牛乳、ハイハイン	牛乳、おにぎり(あおのり)	牛乳、小魚せんべい	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、かぼちゃクッキー	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ

秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？

今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。

そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。

もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉葉」をごま和えにしました。

風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださいね！



10月の離乳食(9-11ヶ月)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ヨーグルト	3 麦茶、ヨーグルト	4 麦茶、ヨーグルト
昼食		5倍粥 スタミナ納豆 切り干し大根のみそ汁 バナナ ミルク	5倍粥 鶏肉のトマト煮 コンソメスープ りんご ミルク	きのこご飯 さけの出汁煮 わかめのすまし汁 オレンジ ミルク	大根とツナのうどん 野菜スティック バナナ ミルク	
午後		麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、かぼちゃクッキー、ミルク	麦茶、ミルクウエハース、ミルク	麦茶、バナナクッキー、ミルク	
午前	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥 さけのしょうゆ煮 わかめスープ（コーン） 梨 ミルク	5倍粥 野菜そぼろ煮 えのきのスープ オレンジ ミルク	ナボリタン かぶのスープ りんご ミルク	5倍粥 豆腐の和風あんかけ じゃがいものみそ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 タラのみそ煮 けんちゃん汁 バナナ ミルク	5倍粥 鶏肉のとろみ煮 はるさめスープ オレンジ ミルク
午後	麦茶、どうぶつピスケット、ミルク	麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、おかか粥、ミルク	麦茶、ミルクウエハース、ミルク	麦茶、手づかみ食パン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午前	13	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト
昼食		5倍粥 さけと野菜の煮物 さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 鶏の照り焼き じゃが芋のすまし汁 バナナ ミルク	5倍粥 豚肉のすき焼き風煮物 みそ汁 オレンジ ミルク	5倍粥 かぼちゃ入り鶏つくね 里芋とツナの豆乳煮 小松菜とコーンの味噌汁 りんご	5倍粥 豚ひき肉と野菜の煮物 小松菜のすまし汁 バナナ ミルク
午後	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、バナナヨーグルト、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、手づかみ食パン、ミルク	麦茶、かぼちゃクッキー、ミルク	
午前	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、ヨーグルト	25 麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥 ポトフ わかめのすまし汁 オレンジ ミルク	さつま芋御飯（五倍粥） タラのホイル焼き えのきのすまし汁 バナナ ミルク	5倍粥 鮭のみそ煮 なめこと豆腐みそ汁 梨 ミルク	5倍粥 鶏ひき肉の野菜煮 おくらスープ バナナ ミルク	野菜うどん 小松菜のあえ物 オレンジ ミルク	5倍粥 野菜とろみ煮 わかめスープ バナナ ミルク
午後	麦茶、バナナクッキー、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク	麦茶、ミルクウエハース、ミルク	麦茶、ゆでじゃがいも、ミルク	麦茶、全粥（のり）、ミルク	麦茶、バナナクッキー、ミルク
午前	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ヨーグルト	31 麦茶、ヨーグルト	
昼食	5倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁 りんご ミルク	みそudon にらコーン かぼちゃの甘煮 オレンジ ミルク	5倍粥 鮭のもみじあんかけ煮 白菜とえのきのすまし汁 りんご ミルク	5倍粥 鶏肉のごまみそ焼 中華スープ バナナ ミルク	食パン かぼちゃのシチュー オレンジ オレンジ ミルク	
午後	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、全粥（ゆかり）、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、ミルクウエハース、ミルク	麦茶、ミルク、かぼちゃクッキー	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。

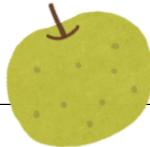




10月の離乳食(7-8ヶ月)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ヨーグルト	3 麦茶、ヨーグルト	4 麦茶、ヨーグルト
昼食	 食欲の秋！！ たくさん食べて 元気に過ごそう☆		7倍粥 納豆 たまねぎのすまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 鶏ささみトマト煮 コンソメスープ りんご ミルク	7倍粥 さけ煮 野菜のすまし汁 オレンジ ミルク	野菜うどん ほうれん草煮 バナナ ミルク
午後			麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク
午前	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト
昼食	7倍粥 さけ煮 じゃがいものすまし汁 梨 ミルク	7倍粥 ささみの野菜とろみ煮 はくさいのすまし汁 オレンジ ミルク	和風野菜パスタ 豆腐のスープ りんご ミルク	7倍粥 豆腐の和風あんかけ オレンジ ミルク	7倍粥 鮭のあんかけ煮 にんじんのすまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 鶏肉の野菜煮込み オレンジ ミルク
午後	麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、おかか粥、ミルク	麦茶、ミルクウエハース、ミルク	麦茶、パン粥、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午前	13	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ハイハイン
昼食	 スポーツの日	7倍粥 ツナと野菜の煮物 さつまいものすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 そぼろ煮 じゃが芋のすまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 鶏ささみと人参の出汁煮 かぶのすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 鶏ささみとさつま芋の煮物 小松菜とコーンのすまし汁 りんご ミルク	7倍粥 納豆 大根のすまし汁 バナナ ミルク
午後		麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、バナナヨーグルト、ミルク	麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、手づかみ食パン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午前	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、ヨーグルト	25 麦茶、ヨーグルト
昼食	7倍粥 ボトフ 人参のすまし汁 オレンジ ミルク	7倍粥 さけ煮 野菜のすまし汁 バナナ ミルク	7倍粥 鮭の野菜煮 大根のすまし汁 梨 ミルク	7倍粥 鶏ささみの納豆煮 おくらスープ バナナ ミルク	うどん こまつなあえ オレンジ ミルク	7倍粥 野菜と豆腐のとろみ煮 にんじんのスープ バナナ ミルク
午後	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ハッシュドポテト、ミルク	麦茶、全粥（きなこ）、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミルク
午前	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ヨーグルト	31 麦茶、ヨーグルト	
昼食	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 すまし汁 りんご ミルク	温そうめん かぼちゃの甘煮 オレンジ ミルク	7倍粥 さけの出汁煮 はくさいのすまし汁 りんご ミルク	7倍粥 豆腐と青菜のとろみ煮 すまし汁 バナナ ミルク	食パン かぼちゃのシチュー キャベツのツナ和え オレンジ ミルク	
午後	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、全粥（ゆかり）、ミルク	麦茶、小魚せんべい、ミルク	麦茶、やさいかぞく、ミルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。





10月の幼児食(小麦・卵アレルギー)



2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 麦茶、ソフトサラダ	2 ドリンクヨーグルト	3 牛乳	4 麦茶、ぱりんこ
昼食		ご飯 スマミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 プロッコリーのゴマ和え コンソメスープ りんご	きのこご飯 さつまいも甘煮 さけの塩焼き わかめのすまし汁 グレープフルーツ	焼きそば 野菜スティック 豆腐スープ バナナ	
午後		牛乳、星たべよ	牛乳、せんべい	牛乳、ごまラスク(米粉パン)	麦茶、星たべよ	
午前	6 牛乳	7 麦茶、クッキー	8 牛乳	9 りんごジュース	10 牛乳	11 麦茶、せんべい
昼食	ご飯 さわらの焼き じゃが芋炒め わかめスープ 梨	ビビンバ 白菜の煮びたし えのきのみぞ汁 キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン プロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみぞ汁 バナナ	ご飯 たらのみそマヨ焼き 蒸しかぼちゃ けんちん汁 みかん缶	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ オレンジ
午後	牛乳、せんべい	麦茶、ヨーグルト	牛乳、おかかおにぎり	牛乳、オレンジゼリー	牛乳、ごまラスク(米粉パン)	麦茶、星たべよ
午前	13	14 麦茶、ぱりんこ	15 牛乳	16 オレンジジュース	17 牛乳	18 麦茶、ソフトサラダ
昼食		ご飯 さばのカレー風味焼き 切干し大根の旨煮 さつまいものみぞ汁 みかん缶	鶏肉の照り焼き丼 蒸し鶏とプロッコリーの和え物 じゃが芋のすまし汁 柿	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみぞ汁 キウイフルーツ	里芋とベーコンの炊き込みご飯 ふわふわきのこバーグ 大根のフレンチサラダ・ 仙台芭蕉菜とちくわのごまあえ かぼちゃの豆乳みそスープ りんご	豚丼 すまし汁 グレープフルーツ
午後		麦茶、フルーチェ	牛乳、きな粉パン(米粉)	牛乳、ハッピーターン	牛乳、じゃこマヨトースト(米粉)	麦茶、星たべよ
午前	20 牛乳	21 麦茶、ヨーグルト	22 牛乳	23 ぶどうジュース	24 牛乳	25 麦茶、ソフトサラダ
昼食	ピーンズライス にらと豆腐スープ オレンジ	さつまいも御飯 たらのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみぞ汁 梨	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ	きつねうどん 小松菜のしらす和え パイン缶	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ
午後	麦茶、ぶどうゼリー	牛乳、せんべい	牛乳、ハッピーターン	麦茶、じゃが芋の焼き	牛乳、ゆかりおにぎり	麦茶、白い風船
午前	27 牛乳	28 麦茶、星たべよ	29 牛乳	30 りんごジュース	31 牛乳	
昼食	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みぞ汁 バナナ	もやしとにらのラーメン かぼちゃの甘煮 オレンジ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご	ご飯 厚揚げと豚肉のみぞ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ロールパン(米粉) かぼちゃグラタン コーンスープ(ねぎ) フルーツポンチ	
午後	牛乳、ゼリー	牛乳、おにぎり(あおのり)	牛乳、ぱりんこ	牛乳、ハッピーターン	牛乳、蒸しかぼちゃ	

※発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

	I補給 - kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	532	20	17	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	438	16.4	14	1.3
目標量	452	18.1	12.6	1.3

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ

秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。
もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごまあえにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださいね！



10月の幼児食(卵アレルギー)



2025年

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1	牛乳	2	ドリンクヨーグルト	3	牛乳	4	麦茶、ぱりんこ
昼食					ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみぞ汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 プロッコリーのゴマ和え コンソメスープ りんご	ご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 グレープフルーツ	きのこご飯 焼きそば 野菜スティック 豆腐スープ バナナ				
午後					麦茶、味しらべ	牛乳、小豆のケーキ	牛乳、たべっこどうぶつ	牛乳、ホームパイ				
午前	6	牛乳	7	麦茶、ホームパイ	8	牛乳	9	りんごジュース	10	牛乳	11	麦茶、カルシウムせんべい
昼食	ご飯 さわらのムニエル じゃが芋炒め わかめスープ 梨	ビビンバ 白菜の煮びたし えのきのみぞ汁 キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン プロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみぞ汁 バナナ	ご飯 たらのみそマヨ焼き 蒸しかぼちゃ けんちん汁 みかん缶	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ オレンジ						
午後	牛乳、味しらべ	牛乳、星たべよ	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、ギ ル' アスパラガス	牛乳、さつま芋蒸しパン	麦茶、ぼたぼた焼き						
午前	13		14	麦茶、ぱりんこ	15	牛乳	16	オレンジジュース	17	牛乳	18	麦茶、ぼたぼた焼
昼食	ご飯 さばのカレー風味焼き 切り干し大根の旨煮 さつまいものみぞ汁 みかん缶	鶏肉の照り焼き丼 蒸し鶏とプロッコリーの和え物 すまし汁（じゃが芋） 柿	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみぞ汁 キウイフルーツ	里芋とベーコンの炊き込みご飯 ふわふわきのこバーグ 大根のフレンチサラダ 仙台芭蕉葉とちくわのごま和え かぼちゃの豆乳みそスープ りんご	豚丼 すまし汁 グレープフルーツ							
午後	スポーツの日	牛乳、ビスコ	牛乳、ヨーグルトケーキ	牛乳、ココナツサブレ	牛乳、じやこマヨトースト	麦茶、ヨーグルト						
午前	20	牛乳	21	麦茶、ヨーグルト	22	牛乳	23	ぶどうジュース	24	牛乳	25	麦茶、白い風船
昼食	ピーンズライス にらと豆腐スープ オレンジ	さつま芋御飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 ぶりの照り焼き きんびらごぼう 大根となめこのみぞ汁 梨	ご飯 鶏のから揚げ 切り干し大根のサラダ おくらスープ バナナ	きつねうどん ほうれん草とツナの酢和え パイン缶	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ						
午後	麦茶、ココアケーキ	牛乳、鉄入りウエハース	牛乳、ぼたぼた焼き	麦茶、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ゆかりおにぎり	麦茶、ホームパイ						
午前	27	牛乳	28	麦茶、ギ ル' アスパラガス	29	牛乳	30	りんごジュース	31	牛乳		
昼食	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みぞ汁 バナナ	もやしとにらのラーメン かぼちゃの甘煮 オレンジ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご	ご飯 厚揚げと豚肉のみぞ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ロールパン かぼちゃグラタン コーンスープ（ねぎ） フルーツポンチ							
午後	牛乳、ココナツサブレ	牛乳、おにぎり（あおのり）	牛乳、ぱりんこ	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、かぼちゃマフィン							

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

	I社ギ - kcal	タバク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	532	20	17	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	438	16.4	14	1.3
目標量	452	18.1	12.6	1.3

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ

秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
 今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
 そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。
 もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉葉」をごま和えにしました。
 風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださいね！

