

給 食 献 立 表

令和6年10月

帯広市 こども課

日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ
1 火	キャベツ味噌汁 肉みそおでん さつまいも甘辛煮 ほうれん草のりあえ パナナ	ご飯 キャベツ味噌汁 肉みそおでん さつまいも甘辛煮 ほうれん草のりあえ パナナ	米菓子 一口昆布 牛乳	18 金	高野豆腐味噌汁 鮭の南蛮漬け なすそぼろ煮 白菜昆布あえ パナナ	高野豆腐味噌汁 鮭の南蛮漬け なすそぼろ煮 白菜昆布あえ パナナ	たべっこどうぶつ 米菓子 ジョアブレーン
2 水	大根味噌汁 高野豆腐玉子とじ 揚げごぼうごまあえ 白菜おひたし パイン缶	ご飯 大根味噌汁 高野豆腐玉子とじ 揚げごぼうごまあえ 白菜おひたし パイン缶	いもしと 牛乳	19 土	焼きそば わかめスープ バナナ	焼きそば わかめスープ バナナ	
3 木	わかめ澄まし汁 さば味噌煮 肉じゃが キャベツごまあえ 梨	炒め納豆ご飯 わかめ澄まし汁 さば味噌煮 肉じゃが キャベツごまあえ 梨	鉄の国のアリス レーズン 牛乳	21 月	いも味噌汁 ウイナーケチャップ炒め 生揚げ煮物 ほうれん草ごまあえ パナナ	ご飯 いも味噌汁 ウイナーケチャップ炒め 生揚げ煮物 ほうれん草ごまあえ パナナ	ハジたべるミニ 牛乳
4 金	小松菜味噌汁 ポテトコロッケ 大根と鶏肉の煮物 もやし昆布あえ パナナ	ご飯 小松菜味噌汁 ポテトコロッケ 大根と鶏肉の煮物 もやし昆布あえ パナナ	米菓子 フリッツ 牛乳	22 火	切干大根のスープ 鶏肉甘酢炒め 大根とツナの煮物 キャベツ昆布あえ りんご	ご飯 切干大根のスープ 鶏肉甘酢炒め 大根とツナの煮物 キャベツ昆布あえ りんご	ふかしいも 牛乳
5 土	スパゲッティナポリタン コンソメスープ バナナ	スパゲッティナポリタン コンソメスープ バナナ		23 水	人参ご飯 川西野菜のカレーシチュー 鶏肉のさっぱり煮 柿 ブロッコリーおかかあえ	人参ご飯 川西野菜のカレーシチュー 鶏肉のさっぱり煮 柿 ブロッコリーおかかあえ	マスカットゼリー ルヴァン お茶
7 月	南瓜味噌汁 ポパイオムレツ スパゲッティ 白菜昆布あえ りんご	ご飯 南瓜味噌汁 ポパイオムレツ スパゲッティ 白菜昆布あえ りんご	米菓子 甘納豆 牛乳	24 木	豚汁 たらピカタ ひじきと白滝の煮物 小松菜のりあえ りんご	ご飯 豚汁 たらピカタ ひじきと白滝の煮物 小松菜のりあえ りんご	オールレーズン 一口昆布 牛乳
8 火	わかめ味噌汁 ほっけ生姜焼き いもベーコン煮 ナムル 梨	ひじきご飯 わかめ味噌汁 ほっけ生姜焼き いもベーコン煮 ナムル 梨	フレンチドック 牛乳	25 金	なす味噌汁 豚肉と野菜のからめ煮 ジャーマンポテト ほうれん草おひたし パナナ	ご飯 なす味噌汁 豚肉と野菜のからめ煮 ジャーマンポテト ほうれん草おひたし パナナ	しらす入り お好み焼き 牛乳
9 水	手作り醤油ラーメン バナナ	チーズおかかおにぎり 手作り醤油ラーメン バナナ	米菓子 ビスコ 牛乳	26 土	かしわうどん バナナ	かしわうどん バナナ	
10 木	かぶ味噌汁 ポークチャップ 南瓜そぼろあんかけ ほうれん草おひたし りんご	ご飯 かぶ味噌汁 ポークチャップ 南瓜そぼろあんかけ ほうれん草おひたし りんご	チョイス おやつ煮干し 牛乳	28 月	白菜味噌汁 天ぷら キャベツ炒め煮 小松菜のりあえ パナナ	ご飯 白菜味噌汁 天ぷら キャベツ炒め煮 小松菜のりあえ パナナ	りんごパンケーキ 牛乳
11 金	コンソメスープ 金時豆のカレー 野菜さっぱりあえ パイン缶	コンソメスープ 金時豆のカレーライス 野菜さっぱりあえ パイン缶	ハムチーズ 蒸しパン 牛乳	29 火	すり身団子スープ 豚肉生姜焼き マヨネーズあえ 柿	ふりかけご飯 すり身団子スープ 豚肉生姜焼き マヨネーズあえ 柿	ムーンライト レーズン 牛乳
12 土	わかめうどん バナナ	わかめうどん バナナ		30 水	かぶのスープ マーボー豆腐 南瓜甘辛煮 白菜昆布あえ パイン缶	ご飯 かぶのスープ マーボー豆腐 南瓜甘辛煮 白菜昆布あえ パイン缶	バターカレー おにぎり お茶
15 火	もやし味噌汁 揚げ豆腐オランダ煮 切干大根の煮物 キャベツのりあえ りんご	ご飯 もやし味噌汁 揚げ豆腐オランダ煮 切干大根の煮物 キャベツのりあえ りんご	米菓子 ビビチーズ 牛乳	31 木	さつまいも味噌汁 親子煮 金平ごぼう ほうれん草おひたし りんご	ご飯 さつまいも味噌汁 親子煮 金平ごぼう ほうれん草おひたし りんご	ハロウィンデザート フリッツ 牛乳 
16 水	三色丼 麩澄まし汁 鶏肉香焼 さつまいもオレンジ煮 ブロッコリーごまあえ 梨	三色丼 麩澄まし汁 鶏肉香焼 さつまいもオレンジ煮 ブロッコリーごまあえ 梨	カステラ お茶	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 今月の行事 </div> 10月16日(水) 誕生会 10月23日(水) ふるさと給食			
17 木	中華スープ ホイコーロー 大根と油揚げの煮物 チンゲン菜おひたし りんご	ご飯 中華スープ ホイコーロー 大根と油揚げの煮物 チンゲン菜おひたし りんご	フルーツ ヨーグルトあえ お茶				

栄養(平均)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
3歳未満児	505 kcal	19.6 g	16.8 g	2.0 g
3歳以上児 (副食のみ)	408 kcal	18.6 g	17.0 g	2.2 g

(平日の栄養平均値)

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。