

平成 30 年 10 月 給 食 献 立 表

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	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	
1 月	豆腐澄まし汁	菜飯 豆腐澄まし汁	米菓子	12 金	大根味噌汁	ご飯 大根味噌汁	いもようかん	23 火	わかめ澄まし汁	わかめ澄まし汁	フルーツヨーグルトあえ	
	野菜味噌炒め	野菜味噌炒め	甘納豆		酢豚	酢豚 焼き餃子	牛乳		さば味噌煮	さば味噌煮 さつまいもフライ	お茶	
	さつまいも天ぷら	さつまいも天ぷら	牛乳		南瓜甘辛煮	南瓜甘辛煮			揚げごぼうごまあえ	揚げごぼうごまあえ		
	ブロッコリーおかかあえ 果物	ブロッコリーおかかあえ 果物			ほうれん草のりあえ 果物	ほうれん草のりあえ 果物			白菜のりあえ 果物	白菜のりあえ 果物		
2 火	キャベツ味噌汁	ご飯 キャベツ味噌汁	ムース	13 土	焼きそば	焼きそば		24 水	豆腐味噌汁	栗ご飯 豆腐味噌汁	米菓子	
	さんま煮魚	さんま煮魚 スパゲッティ	カンパン		わかめスープ	わかめスープ			肉じゃが	肉じゃが	甘納豆	
	大豆五目煮	大豆五目煮	お茶		果物	果物			切干大根焼きそば風	切干大根焼きそば風	牛乳	
	白菜ごまあえ 果物	白菜ごまあえ 果物							もやしごまあえ 果物	もやしごまあえ 果物		
3 水	ほうれん草スープ	豆ご飯 ほうれん草スープ	ビスケット	15 月	玉葱味噌汁	ご飯 玉葱味噌汁	米菓子	25 木	なめたけご飯	なめたけご飯	米菓子	
	ポテト揚げボール	ポテト揚げボール	ブルー		もやしチャンプルー	もやしチャンプルー	チーズ		呉汁 鶏肉磯辺天ぷら	呉汁 鶏肉磯辺天ぷら	一口昆布	
	大根と鶏肉の煮物	大根と鶏肉の煮物	牛乳		南瓜バター煮	南瓜バター煮 ミニトマト	牛乳		南瓜ベーコン煮	南瓜ベーコン煮	牛乳	
	小松菜昆布あえ 果物	小松菜昆布あえ 果物			チンゲン菜昆布あえ 果物	チンゲン菜昆布あえ 果物			ミニトマト 果物	ミニトマト 果物		
4 木	きのこ味噌汁	きのこ味噌汁 豚肉生姜焼	南瓜ドーナツ	16 火	いも味噌汁	ご飯 いら卵とじ	鉄ドラ焼き	26 金	かぶのスープ	豆腐のドライカレーライス	りんごパンケーキ	
	豚肉生姜焼	小松菜とコーンソテー	牛乳		鮭フライ	いも味噌汁	ブリッツ		豆腐のドライカレー	かぶのスープ	牛乳	
	ジャーマンポテト	ジャーマンポテト			金平	鮭フライ 金平	牛乳		キャベツとほうれん草のナムル	キャベツとほうれん草のナムル		
	もやしおひたし 果物	もやしおひたし 果物			小松菜おひたし 果物	小松菜おひたし 果物			果物	果物		
5 金	高野豆腐味噌汁	親子丼	オールレーズン	17 水	カレーピラフ風 麩澄まし汁	カレーピラフ風 麩澄まし汁	月ふわり	27 土	和風スパゲッティ	和風スパゲッティ		
	親子煮	高野豆腐味噌汁	一口昆布		豚肉梅味噌焼き 果物	豚肉梅味噌焼き 果物	お茶		コンソメスープ	コンソメスープ		果物
	さつまいも甘辛煮	さつまいも甘辛煮	牛乳		いもベーコン煮	いもベーコン煮			果物	果物		
	白和え 果物	白和え 果物			ブロッコリーごま醤油かけ	ブロッコリーごま醤油かけ						
6 土	あんかけうどん	あんかけうどん		18 木	しじみ味噌汁	しらすと人参入りご飯	米菓子	29 月	かぶ味噌汁	炒め納豆ご飯 かぶ味噌汁	マシュマロおこし	
	果物	果物			肉味噌おでん	しじみ味噌汁 肉味噌おでん	おやつ煮干		炒り玉子	炒り玉子	牛乳	
					さつまいもオレンジ煮	さつまいもオレンジ煮	牛乳		ひじきとツキコンの煮物	ひじきとツキコンの煮物		
					もやしのりあえ 果物	もやしのりあえ 果物			キャベツ昆布あえ 果物	キャベツ昆布あえ 果物		
9 火	南瓜のポターージュ	ご飯 ミニトマト 南瓜のポターージュ	米菓子	19 金	大根味噌汁	ひじきご飯 大根味噌汁	大豆きなごころも	30 火	豆腐味噌汁	さつまいもご飯 豆腐味噌汁	鉄の国のアリス	
	ウイナーケチャップ炒め	ウイナーケチャップ炒め	レーズン		高野豆腐玉子とじ	高野豆腐玉子とじ	牛乳		なすそぼろ煮	なすそぼろ煮	米菓子	
	大根とツナの煮物	大根とツナの煮物	牛乳		ごぼう炒り煮	さつまいも甘辛煮			いかと大根の煮物	いかと大根の煮物	牛乳	
	チーズおかかあえ 果物	チーズおかかあえ 果物			キャベツごまあえ 果物	キャベツごまあえ 果物			チーズおかかあえ 果物	チーズおかかあえ 果物		
10 水	手づくり醤油ラーメン	おかかおにぎり	クッキー	20 土	わかめうどん	わかめうどん		31 水	麩澄まし汁	ご飯 麩澄まし汁	ビスケット	
	果物	手づくり醤油ラーメン	おしゃぶりスルメ		果物	果物			エビと鶏のクリーム煮	エビと鶏のクリーム煮	レーズン	
		果物	牛乳						切干大根の煮物	切干大根の煮物	牛乳	
									白菜のりあえ 果物	白菜のりあえ 果物		
11 木	なす味噌汁	ご飯 なす味噌汁	粉ふきいも	22 月	豆腐味噌汁	ふりかけご飯 豆腐味噌汁	郭公の里	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 今月の行事 </div> 10月17日(水) 誕生会 10月25日(木) ふるさと給食				
	ほっけ生姜焼き	ほっけ生姜焼き	牛乳		スペイン風オムレツ	スペイン風オムレツ	ブルー					
	筑前煮	筑前煮 チーズ巻き焼き			ひじきの煮物 果物	ひじきの煮物 果物	乳酸菌飲料					
	もやしおひたし 果物	もやしおひたし 果物			ブロッコリーおかかあえ	ブロッコリーおかかあえ						

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。

10月の栄養(平均)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
3歳未満児	527kcal	20.0g	16.7g	2.0g
3歳以上児 (副食のみ)	429kcal	18.7g	16.2g	2.2g