

# 予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森  
 食種名： 1号認定児  
 期 間： 令和6年10月01日(火)～令和6年10月31日(木)

管理(予定)	園長(予定)	責任(予定)	管理(実施)	園長(実施)	責任(実施)

No.	曜	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
1	火		豆腐団子・キャベツの即席漬け・みそ汁(さつま芋・長ねぎ)・柿・ごはん		木綿豆腐	じゃがいもでん粉／調合油／車糖 上白糖／さつまいも 塊根皮むき 生／水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生／にんじん 根 皮つき 生／きくらげ 乾／えのきたけ 生／さやえんどう 若ざや 生／しょうが 根茎 生／キャベツ 結球葉 生／根深ねぎ 葉 軟白 生／かき 甘がき 生	だし汁／こいくちしょうゆ／精製塩 家庭用／食塩／煮干しだし／米みそ 淡色辛みそ	357 10.9 6.8
2	水		魚のさつま揚げ・きゅうりの昆布あえ・うずら豆煮・豚汁・ぶどう・ごはん		すけとうだら すり身／鶏卵 全卵 生／いんげんまめ うずら豆／ぶた肉／木綿豆腐	薄力粉 1等／サラダ油(揚げ用)／車糖 三温糖／さといも 球茎 生／板こんにやく 精粉こんにやく／ごま油／水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生／根深ねぎ 葉 軟白 生／きゅうり 果実 生／昆布つくだ煮／ごぼう 根 生／だいこん 根 皮つき 生／生しいたけ／ぶどう 生	こいくちしょうゆ／精製塩 家庭用／だし汁／米みそ 淡色辛みそ	405 17.6 9.7
3	木		ウィンナー・シュニツェル・ポイルキャベツ・味噌汁(麩・小松菜)・みかん缶・ごはん		若鶏肉 ささ身 生／鶏卵 全卵 生／かつお 加工品 削り節／いかなご 煮干し	薄力粉 1等／パン粉 乾燥／サラダ油／無発酵バター 有塩バター／焼きふ 釜焼きふ／水稲穀粒 精白米 うるち米	キャベツ 結球葉 生／こまつな 葉 生／温州みかん 缶詰 果肉	塩・こしょう／こいくちしょうゆ／米みそ 淡色辛みそ	331 18.5 4.5
4	金		煮込みうどん・二色そば・ヨーグルト・ぶどう・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき 生／蒸しかまぼこ／いかなご 煮干し／鶏卵 全卵 生／鶏ひき肉 生／ヨーグルト 脱脂加糖	干しうどん ゆで／車糖 上白糖／調合油／車糖 三温糖／水稲穀粒 精白米 うるち米	ほうれんそう 葉 通年平均 生／根深ねぎ 葉 軟白 生／にんじん 根 皮つき 生／しょうが 根茎 生／さやえんどう 若ざや 生／ぶどう 生	こいくちしょうゆ／食塩	430 19.9 8.9
7	月		豚肉しょうが焼き・トマト・ひじきと焼き竹輪の酢の物・味噌汁(かぼちゃ・たまねぎ)・梨・ごはん		ぶた こま切れ／焼き竹輪／いかなご 煮干し	調合油／ごま いら／車糖 上白糖／ごま油／水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生／トマト 果実 生／ほしひじき／きゅうり 果実 生／にんじん 根 皮つき 生／西洋かぼちゃ 果実 生／たまねぎ りん茎 生／日本なし 生	こいくちしょうゆ／米酢／米みそ 淡色辛みそ	344 15.8 8.3
8	火		天ぷら・酢の物・味噌汁(かぶ・しめじ)・りんご・ごはん		きす 生／鶏卵 全卵 生／かに風味かまぼこ／いかなご 煮干し	さつまいも 塊根 皮むき 生／薄力粉 1等／サラダ油(揚げ用)／車糖 上白糖／水稲穀粒 精白米 うるち米	きゅうり 果実 生／乾燥わかめ 素干し 水戻し／かぶ 根 皮つき 生／かぶ 葉 生／ぶなしめじ 生／りんご 皮むき 生	こいくちしょうゆ／米酢／米みそ 淡色辛みそ	395 13.6 11.8
9	水		オムレツ・五目豆・もやしとハムとにんじ・味噌汁(いんげん・わかめ)・バナナ・ごはん		鶏卵 全卵 生／豚ひき肉 生／ぶた こま切れ／全粒 国産 黄大豆 ゆで／ロースハム／いかなご 煮干し	サラダ油／板こんにやく 精粉こんにやく／ごま油／車糖 三温糖／ごま／水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生／にんじん 根 皮つき 生／まこんぶ 素干し／さやえんどう 若ざや 生／ブラックマツペもやし 生／さやいんげん 若ざや 生／乾燥わかめ 素干し 水戻し／バナナ 生	塩・こしょう／トマト ケチャップ／こいくちしょうゆ／精製塩 家庭用／鶏がらだし／米みそ 淡色辛みそ	417 19.7 15.4

# 予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期 間： 令和6年10月01日(火) ～ 令和6年10月31日(木)

管理(予定)	園長(予定)	責任(予定)	管理(実施)	園長(実施)	責任(実施)

No.	日	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
10	木		鯖の照り焼き・もやしの彩あえ・みそ汁(大根・油揚げ)・オレンジ・ごはん		ますのすけ 焼き/鶏卵 全卵 生/油揚げ 生/いかなご 煮干し	車糖 上白糖/調合油/ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/ブラックマッペもやし 生/にら 葉 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 根 皮つき 生/ネーブル 砂じょう 生	こいくちしょうゆ/米みそ 淡色 辛みそ	374 18.8 13
11	金		シーフードカレー・福神漬け・せん野菜の和風サラダ・キウイフルーツ・ごはん		むきえび(しばえび) /こういか 生/あさり 缶詰 水煮/えび 加工品 干しえび	無発酵バター 有塩バター/じゃがいも 塊茎 生/調合油/ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 福神漬/きゅうり 果実 生/だいこん 根 皮つき 生/あおのり 素干し/キウイフルーツ 緑肉種 生	カレールウ/だし汁/こいくちしょうゆ	360 12.4 9.4
15	火		ハンバーグ・トマト・ポテトサラダ・味噌汁(玉葱・しめじ)・みかん缶・ごはん		豚ひき肉 生/脱脂粉乳/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/ロースハム/いかなご 煮干し	パン粉 乾燥/サラダ油/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/トマト 果実 生/きゅうり 果実 生/ぶなしめじ 生/温州みかん 缶詰 果肉	塩・こしょう/トマトケチャップ/マヨネーズ 全卵型/米みそ 淡色 辛みそ	435 18.5 16.8
16	水		厚揚げのみそ炒め・インゲンのおかか和え・すまし汁(冬瓜・挽肉)・ぶどう・ごはん		大型豚肉 肩ロース 脂身つき 生/生揚げ/かつお 加工品 削り節/豚ひき肉 生	ごま油/車糖 上白糖/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/青ピーマン 果実 生/ヤングコーン 幼雌穂 生/乾しいたけ 乾/しょうが 根茎 生/にんにく りん茎 生/さやいんげん 若さや 生/とうがん 果実 生/ぶどう 生	こいくちしょうゆ/米みそ 淡色 辛みそ/精製塩 家庭用/だし汁	368 14.4 12.4
17	木		さけのマグネズ焼き・かぼちゃの含め煮・味噌汁(なめこ・葱)・りんご・ごはん		ぎんざけ 養殖 生/いかなご 煮干し	無発酵バター 有塩バター/車糖 三温糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/スイートコーン 缶詰 ホルカ・ホルスタル/日本かぼちゃ 果実 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/なめこ 生/りんご 皮むき 生	食塩/こしょう 黒粉/マヨネーズ 全卵型/だし汁/こいくちしょうゆ/米みそ 淡色 辛みそ	361 14.8 12.7
18	金		☆世界の料理 カウボーイバイ・チョップドサラダ・ゆでたまご・コンソメスープ(もやし・小松菜)・みかん缶・ごはん		クリーム 植物性脂肪/普通牛乳/豚ひき肉 生/パルメザンチーズ/若鶏肉 ささ身 ゆで/鶏卵 全卵 生/ベーコン	じゃがいも 塊茎 生/無発酵バター 有塩バター/サラダ油/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんにく りん茎 生/レタス 土耕栽培 結球葉 生/きゅうり 果実 生/トマト 果実 生/レモン 果汁 生/ブラックマッペもやし 生/にんじん 根 皮つき 生/こまつな 葉 生/温州みかん 缶詰 果肉	トマトケチャップ/ウスターソース/固形ブイヨン/こいくちしょうゆ/塩・こしょう/マヨネーズ 全卵型/にんにく おろし/こしょう 黒粉/精製塩 家庭用	380 14.8 13.4

# 予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期 間： 令和6年10月01日(火) ～ 令和6年10月31日(木)

管理(予定)	園長(予定)	責任(予定)	管理(実施)	園長(実施)	責任(実施)

No.	月	日	間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
21		月		麻婆ナス・トマトサラダ・レパールの胡麻和え・コーン卵スープ・梨・ごはん		豚ひき肉 生/プロセスチーズ/鶏副生物 肝臓 生/鶏卵 全卵 生	サラダ油(揚げ用)/ごま油/車糖 上白糖 /じゃがいもでん粉 /ごま いるい/水稲穀粒 精白米 うるち米	なす 果実 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/しょうが 根茎 生/トマト 果実 生/きゅうり 果実 生/イトコン 缶詰 ホルネスタイル/パセリ 葉 生 /日本なし 生	こいくちしょうゆ/米みそ 淡色辛みそ/サトウダイコン/固形ブイヨン	448 16.1 19
22		火		鶏のから揚げ・マカロニサラダ・みそ汁(大根・油揚げ)・りんご・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき 生/鶏卵 全卵 生/ロースハム/油揚げ 生/いかなご 煮干し	じゃがいもでん粉/サラダ油(揚げ用)/マカロニ/水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/たまねぎ りん茎 生/だいこん 根 皮つき 生/りんご 皮むき 生	こいくちしょうゆ/マヨネーズ 全卵型/米みそ 淡色辛みそ	466 20.6 20
23		水		サバの味噌煮・ひじきサラダ・トマト・すまし汁(麩・小松菜)・ぶどう・ごはん		ますのすけ 焼き	車糖 三温糖/すりごま/焼きふ 釜焼きふ /水稲穀粒 精白米 うるち米	ほしひじき/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/ごぼう 根 生/トマト 果実 生/こまつな 葉 生/ぶどう 生	こいくちしょうゆ/米みそ 淡色辛みそ/マヨネーズ 全卵型/煮干しだし/精製塩 家庭用	389 13.8 15.5
24		木		八宝菜・しゅうまい1コ・豆腐・椎茸・葱のスープ・みかん缶・ごはん		ぶた こま切れ/むきえび(しばえび)/うずら卵 水煮缶詰 /木綿豆腐	サラダ油/じゃがいもでん粉/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/はくさい 結球葉 生/青ピーマン 果実 生/きくらげ 乾/根深ねぎ 葉 軟白 生/乾しいたけ 乾/温州みかん 缶詰 果肉	鶏がらだし/こいくちしょうゆ/食塩/固形ブイヨン	372 18.5 10.2
25		金		カレー・福神漬け・ゆでたまご・コールスローサラダ・りんご・ごはん		ぶた こま切れ/脱脂粉乳/鶏卵 全卵 生/ロースハム	じゃがいも 塊茎 生/薄力粉 1等/サラダ油/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 福神漬/キャベツ 結球葉 生/きゅうり 果実 生/イトコン 缶詰 ホルネスタイル/りんご 皮むき 生	カレー粉/中濃ソース/マヨネーズ 全卵型	456 14.1 17.1
28		月		麻婆豆腐・ほうれん草のナムル・中華スープ(にら卵)・ぶどう・ごはん		豚ひき肉 生/木綿豆腐/鶏卵 全卵 生	車糖 上白糖/ごま油 /じゃがいもでん粉 /ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米	根深ねぎ 葉 軟白 生/グリーンピース 冷凍/乾しいたけ 乾/しょうが 根茎 生/にんにく りん茎 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/ブラックマツペもやし 生/イトコン 缶詰 ホルネスタイル/にんじん 根 皮つき 生/にら 葉 生/ぶどう 生	米みそ 淡色辛みそ/こいくちしょうゆ/鶏がらだし/食塩/こしょう 黒粉	352 14.4 11.1
29		火		シチュー・ブロッコリー・ツナサラダ・柿・ごはん		ぶた こま切れ/脱脂粉乳/まぐろ 缶詰 油漬 フルク 缶詰	じゃがいも 塊茎 生/調合油/薄力粉 1等/無発酵バター 有塩/水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生/たまねぎ りん茎 生/グリーンピース 冷凍/ブロッコリー 花序 生/レタス 土耕栽培 結球葉 生/きゅうり 果実 生/かき 甘がき 生	固形ブイヨン/マヨネーズ 全卵型	382 13.5 10.8

