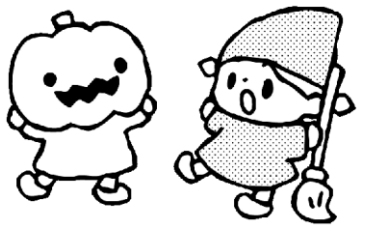
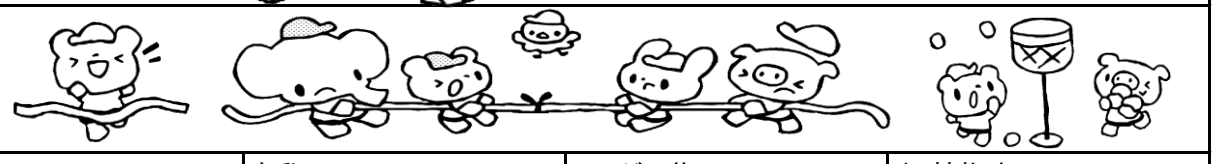
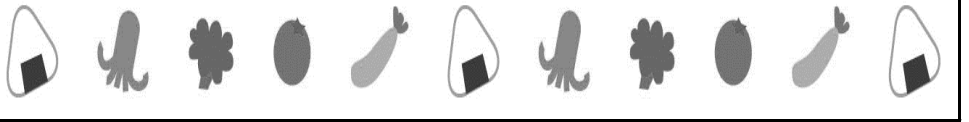


10月給食予定献立表

2022年　認定こども園
関西女子短期大学附属幼稚園

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	昼食	3時のおやつ	材料名 赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	土	焼肉丼 ぎょうざ 具だくさん中華スープ	牛乳 市販菓子	牛肉 ギョーザ チキンスープ	玉ねぎ･キャベツ 人参･チンゲン菜 大根･コーン わかめ	米 なたね油 焼肉のたれ 塩
3	月	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め アスパラのごま和え 玉ねぎの味噌汁	牛乳 ポップコーン	牛肉 味噌	玉ねぎ･人参 キャベツ･アスパラ コーン ねぎ	米･なたね油･オイスターソース しょうゆ･上白糖･酒･ごま油 ごまだれ･おつゆ麩 ポップコーン･塩
4	火	中華丼 焼売 わかめスープ	牛乳 杏仁豆腐	豚肉 かまぼこ チキンスープ 焼売	玉ねぎ･人参 白菜･わかめ コーン･パイン缶 黄桃缶	米･なたね油 みりん･しょうゆ 塩･片栗粉 杏仁豆腐
5	水	牛乳/ロールパン 鮭ときのこのクリームシチュー インゲンのツナサラダ バナナ	お茶 菜飯おにぎり	牛乳 鮭 コンソメ ツナ	玉ねぎ･ブロッコリー 人参･しめじ まいたけ･インゲン バナナ･菜めしの素	ロールパン･じゃが芋 クリームシチュールー しょうゆ･上白糖 米
6	木	ご飯 豚肉の生姜炒め 大根のかにかま和え 小松菜のすまし汁	牛乳 バナナマフィン	豚肉 かにかま 牛乳 鶏卵	玉ねぎ･キャベツ･人参 しょうが･大根 きゅうり･小松菜 ねぎ･バナナ	米･しょうゆ みりん･なたね油 マヨネーズ･上白糖 塩･小麦粉
7	金	ご飯 鶏肉の天ぷら 白菜の和え物 さつま揚げの味噌汁	牛乳 にんじん寒天	鶏肉 さつま揚げ 味噌	白菜･小松菜 人参 玉ねぎ わかめ	米･しょうゆ 酒･上白糖 天ぷら粉･植物油 寒天･野菜ジュース
8	土	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
10	月	スポーツの日				
11	火	幼稚園様振替休日				
12	水	牛乳/ご飯 コロッケ チンゲン菜のごま和え 具だくさん味噌汁	お茶 中華ポテト	牛乳 かにかま 厚揚げ 味噌	チンゲン菜 玉ねぎ わかめ	米･植物油 とんかつソース･ごま しょうゆ･上白糖 じゃが芋･中華ポテト
13	木	ご飯 さわらの西京焼き 豆菜サラダ 豆腐のすまし汁	牛乳 きな粉ふのラスク	さわら･白味噌 大豆 豆腐 きな粉	小松菜 人参 えのき ねぎ	米･みりん 上白糖･和風ドレッシング しょうゆ･塩 おつゆ麩･マーガリン
14	金	チキンカレー カラフルサラダ りんご	牛乳 オレンジ寒天	鶏肉	玉ねぎ･人参 ブロッコリー パプリカ りんご	米･じゃが芋･カレールー なたね油･酢 上白糖･しょうゆ 寒天･オレンジジュース
15	土	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
17	月	お弁当の日	牛乳 ハッピーターン 満月ポン			
18	火	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ チンゲン菜のナムル わかめスープ	牛乳 揚げパン	ミートボール チキンスープ きな粉	玉ねぎ･ピーマン パプリカ･チンゲン菜 コーン･人参 わかめ･えのき	米･植物油 しょうゆ･酢 上白糖･片栗粉 塩･ロールパン

日	曜日	昼食	3時のおやつ	材料名		
				赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	水	牛乳 豚汁うどん ひじき大豆 バナナ	お茶 鮭わかめおにぎり	牛乳･豚肉 揚げ 味噌 大豆	大根･ごぼう･玉ねぎ 人参･わかめ ひじき･インゲン バナナ･わかめ御飯(鮭)	うどん･しょうゆ 上白糖 みりん 米
20	木	ご飯 さわらの煮付け 大根サラダ 揚げの味噌汁	牛乳 かぼちゃのおやき	さわら 揚げ 味噌	しょうが･大根 人参･コーン 玉ねぎ かぼちゃ	米･しょうゆ 上白糖･酒 ごまだれ･さつま芋 片栗粉･有塩バター
21	金	ご飯 メンチカツ アスパラのサラダ 小松菜のスープ	牛乳 シュガーパイ	メンチカツ ツナ コンソメ	アスパラ 人参 小松菜 玉ねぎ	米･植物油 とんかつソース･マヨネーズ 塩･パイシート グラニュー糖
22	土	チャーハン もやしのナムル わかめのスープ	牛乳 市販菓子	ウインナー チキンスープ	玉ねぎ･人参 ねぎ･コーン もやし･きゅうり わかめ	米 なたね油 しょうゆ 塩
24	月	ウインナーカレー ブロッコリーサラダ オレンジ	牛乳 ジャム蒸しパン	ウインナー ツナ 牛乳	玉ねぎ 人参 ブロッコリー オレンジ	米･じゃが芋 なたね油･カレールー マヨネーズ･小麦粉 いちごジャム･上白糖
25	火	ご飯 肉豆腐 白菜のじゃこ和え 小松菜の味噌汁	牛乳 ゆかりおにぎり	豆腐･牛肉 ちりめんじゃこ 揚げ 味噌	玉ねぎ･人参 インゲン･白菜 小松菜･ねぎ しその香	米 みりん 上白糖 しょうゆ
26	水	≪ハロウィン≫ 牛乳/チキンライス マカロニサラダ ベーコンスープ	お茶 プリン	牛乳 コンソメ 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ･グリンピース ケチャップ･ブロッコリー のり･コーン きゅうり･人参	米･塩 なたね油･マカロニ マヨネーズ･しょうゆ プリンミックス
27	木	ご飯 白身魚のフライ キャベツのおかか和え さつま揚げの味噌汁	牛乳 じゃがもち	ホキ･かつお節 さつま揚げ 味噌 コンソメ	ケチャップ･キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ	米･小麦粉･パン粉 植物油･とんかつソース･しょうゆ 上白糖･じゃが芋 なたね油･片栗粉
28	金	ご飯 マーボー豆腐 もやしのナムル 中華スープ	牛乳 お誕生日ケーキ	豆腐･豚ミンチ 赤だし･チキンスープ 牛乳 ホイップ	しょうが･玉ねぎ･人参 ねぎ･もやし チンゲン菜･にら えのき･みかん缶	米･なたね油･ごま油 みりん･片栗粉 塩･しょうゆ 小麦粉･上白糖
29	土	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
31	月	お弁当の日 ハロウィンクッキー	牛乳 きな粉餅 星たべよ	牛乳	かぼちゃ	小麦粉･片栗粉 マーガリン･上白糖 きな粉餅 星たべよ

ハロウィンって何？

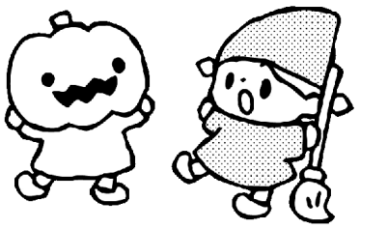
10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがいっそう盛り上がるでしょう。

楽しいサツマイモ掘り

みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのことを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか？」といっしょに考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。

今月の食育

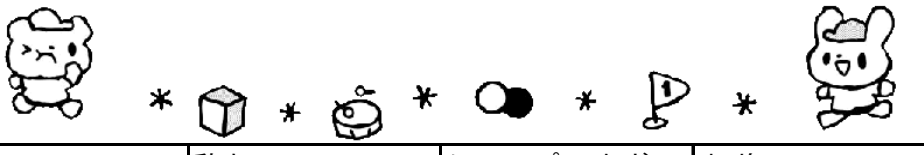
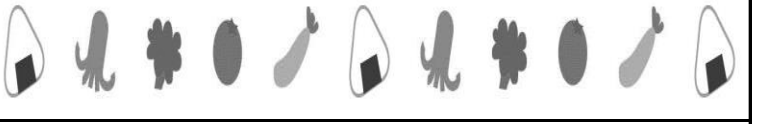
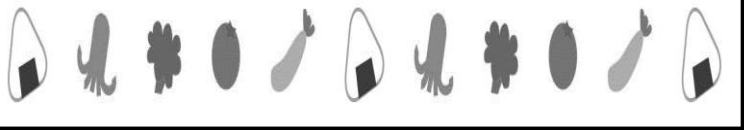
31日 あお組
ハロウィンクッキーの
型抜き



10月給食予定献立表

2022年　認定こども園
関西女子短期大学附属幼稚園　乳児園舎

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名 赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	土	牛乳 市販菓子	焼肉丼 ぎょうざ 具だくさん中華スープ	牛乳 市販菓子	牛肉 ギョーザ チキンスープ	玉ねぎ･キャベツ 人参･チンゲン菜 大根･コーン わかめ	米 なたね油 焼肉のたれ 塩
3	月	牛乳 サラダせん	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め アスパラのごま和え 玉ねぎの味噌汁	牛乳 市販菓子	牛肉 味噌	玉ねぎ･人参 キャベツ･アスパラ コーン ねぎ	米･なたね油･オイスターソース しょうゆ･上白糖･酒･ごま油 ごまだれ･おつゆ麩
4	火	牛乳 エースコイ	中華丼 焼売 わかめスープ	牛乳 杏仁豆腐	豚肉 かまぼこ チキンスープ 焼売	玉ねぎ･人参 白菜･わかめ コーン･パイン缶 黄桃缶	米･なたね油 みりん･しょうゆ 塩･片栗粉 杏仁豆腐
5	水	牛乳 動物ビスケット	牛乳/ロールパン 鮭ときのこのクリームシチュー インゲンのツナサラダ バナナ	お茶 菜飯おにぎり	牛乳 鮭 コンソメ ツナ	玉ねぎ･ブロッコリー 人参･しめじ まいたけ･インゲン バナナ･菜めしの素	ロールパン･じゃが芋 クリームシチュールー しょうゆ･上白糖 米
6	木	牛乳 りんご	ご飯 豚肉の生姜炒め 大根のかにかま和え 小松菜のすまし汁	牛乳 バナナマフィン	豚肉 かにかま 牛乳 鶏卵	玉ねぎ･キャベツ･人参 しょうが･大根 きゅうり･小松菜 ねぎ･バナナ	米･しょうゆ みりん･なたね油 マヨネーズ･上白糖 塩･小麦粉
7	金	牛乳 味しらべ	ご飯 鶏肉の天ぷら 白菜の和え物 さつま揚げの味噌汁	牛乳 にんじん寒天	鶏肉 さつま揚げ 味噌	白菜･小松菜 人参 玉ねぎ わかめ	米･しょうゆ 酒･上白糖 天ぷら粉･植物油 寒天･野菜ジュース
8	土	牛乳 市販菓子	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
10	月	スポーツの日					
11	火	牛乳 動物ビスケット	ご飯 鶏のピザ焼き キャベツのあっさり和え コンソメスープ	お茶 フルーチェ	鶏肉 コンソメ チーズ 牛乳	ケチャップ･玉ねぎ キャベツ 人参 コーン	米･塩 和風ドレッシング･上白糖 しょうゆ フルーチェ(イチゴ)
12	水	牛乳 りんご	牛乳/ご飯 コロッケ チンゲン菜のごま和え 具だくさん味噌汁	お茶 中華ポテト	牛乳 かにかま 厚揚げ 味噌	チンゲン菜 玉ねぎ わかめ	米･植物油 とんかつソース･ごま しょうゆ･上白糖 じゃが芋･中華ポテト
13	木	牛乳 お野菜スティック	ご飯 さわらの西京焼き 豆菜サラダ 豆腐のすまし汁	牛乳 きな粉ふのラスク	さわら･白味噌 大豆 豆腐 きな粉	小松菜 人参 えのき ねぎ	米･みりん 上白糖･和風ドレッシング しょうゆ･塩 おつゆ麩･マーガリン
14	金	牛乳 ぱりんこ	チキンカレー カラフルサラダ りんご	牛乳 オレンジ寒天	鶏肉	玉ねぎ･人参 ブロッコリー パプリカ りんご	米･じゃが芋･カレールー なたね油･酢 上白糖･しょうゆ 寒天･オレンジジュース
15	土	牛乳 市販菓子	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
17	月	牛乳 ぽたぽた焼	お弁当の日	牛乳 ハッピーターン 満月ポン			
18	火	牛乳 サラダせん	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ チンゲン菜のナムル わかめスープ	牛乳 揚げパン	ミートボール チキンスープ きな粉	玉ねぎ･ピーマン パプリカ･チンゲン菜 コーン･人参 わかめ･えのき	米･植物油 しょうゆ･酢 上白糖･片栗粉 塩･ロールパン

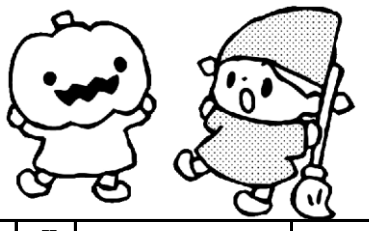
日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名 赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	水	牛乳 動物ビスケット	牛乳 豚汁うどん ひじき大豆 バナナ	お茶 鮭わかめおにぎり	牛乳・豚肉 揚げ 味噌 大豆	大根・ごぼう・玉ねぎ 人参・わかめ ひじき・インゲン バナナ・わかめ御飯(鮭)	うどん・しょうゆ 上白糖 みりん 米
20	木	牛乳 味しらべ	ご飯 さわらの煮付け 大根サラダ 揚げの味噌汁	牛乳 かぼちゃのおやき	さわら 揚げ 味噌	しょうが・大根 人参・コーン 玉ねぎ かぼちゃ	米・しょうゆ 上白糖・酒 ごまだれ・さつま芋 片栗粉・有塩バター
21	金	牛乳 サラダせん	ご飯 メンチカツ アスパラのサラダ 小松菜のスープ	牛乳 シュガーパイ	メンチカツ ツナ コンソメ	アスパラ 人参 小松菜 玉ねぎ	米・植物油 とんかつソース・マヨネーズ 塩・パイシート グラニュー糖
22	土	牛乳 市販菓子	チャーハン もやしのナムル わかめのスープ	牛乳 市販菓子	ウインナー チキンスープ	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン もやし・きゅうり わかめ	米 なたね油 しょうゆ 塩
24	月	牛乳 マリービスケット	ウインナーカレー ブロッコリーサラダ オレンジ	牛乳 ジャム蒸しパン	ウインナー ツナ 牛乳	玉ねぎ 人参 ブロッコリー オレンジ	米・じゃが芋 なたね油・カレールー マヨネーズ・小麦粉 いちごジャム・上白糖
25	火	牛乳 満月ポン	ご飯 肉豆腐 白菜のじゃこ和え 小松菜の味噌汁	牛乳 ゆかりおにぎり	豆腐・牛肉 ちりめんじゃこ 揚げ 味噌	玉ねぎ・人参 インゲン・白菜 小松菜・ねぎ しその香	米 みりん 上白糖 しょうゆ
26	水	牛乳 サラダせん	≪ハロウィン≫ 牛乳/チキンライス マカロニサラダ ベーコンスープ	お茶 プリン	牛乳 コンソメ 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ・グリンピース ケチャップ・ブロッコリー のり・コーン きゅうり・人参	米・塩 なたね油・マカロニ マヨネーズ・しょうゆ プリンミックス
27	木	牛乳 動物ビスケット	ご飯 白身魚のフライ キャベツのおかか和え さつま揚げの味噌汁	牛乳 じゃがもち	ホキ・かつお節 さつま揚げ 味噌 コンソメ	ケチャップ・キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ	米・小麦粉・パン粉 植物油・とんかつソース・しょうゆ 上白糖・じゃが芋 なたね油・片栗粉
28	金	牛乳 バナナ	ご飯 マーボー豆腐 もやしのナムル 中華スープ	牛乳 お誕生日ケーキ	豆腐・豚ミンチ 赤だし・チキンスープ 牛乳 ホイップ	しょうが・玉ねぎ・人参 ねぎ・もやし チンゲン菜・にら えのき・みかん缶	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉 塩・しょうゆ 小麦粉・上白糖
29	土	牛乳 市販菓子	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
31	月	牛乳 ぱりんこ	お弁当の日 ハロウィンクッキー	牛乳 きな粉餅 星たべよ	牛乳	かぼちゃ	小麦粉・片栗粉 マーガリン・上白糖 きな粉餅 星たべよ

ハロウィンって何？

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがいっそう盛り上がるでしょう。

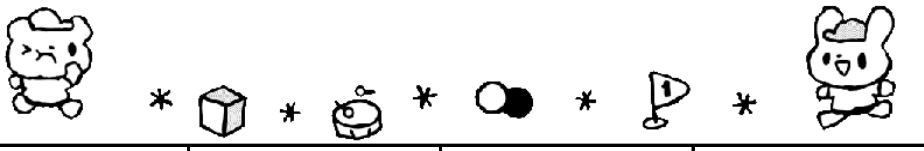
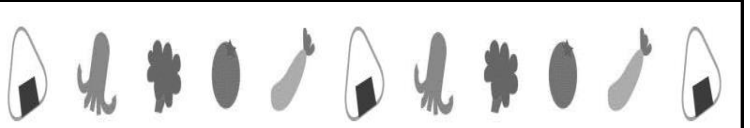
楽しいサツマイモ掘り

みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのことを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか？」といっしょに考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。



10月給食予定献立表　完了期12～18ヶ月

2022年　認定こども園
関西女子短期大学附属幼稚園　乳児園舎
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名 赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	土	牛乳 市販菓子	焼肉丼 ぎょうざ 具だくさん中華スープ	牛乳 市販菓子	牛肉 ギョーザ チキンスープ	玉ねぎ･キャベツ 人参･チンゲン菜 大根･コーン わかめ	米 なたね油 焼肉のたれ 塩
3	月	牛乳 ベビーせんべい	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め アスパラのごま和え 玉ねぎの味噌汁	牛乳 市販菓子	牛肉 味噌	玉ねぎ･人参 キャベツ･アスパラ コーン ねぎ	米･なたね油･オイスターソース しょうゆ･上白糖･酒･ごま油 ごまだれ･おつゆ麩
4	火	牛乳 動物ビスケット	中華丼 焼売 わかめスープ	牛乳 杏仁豆腐	豚肉 かまぼこ チキンスープ 焼売	玉ねぎ･人参 白菜･わかめ コーン･パイン缶 黄桃缶	米･なたね油 みりん･しょうゆ 塩･片栗粉 杏仁豆腐
5	水	牛乳 ハイハイン	牛乳/ロールパン 鮭ときのこのクリームシチュー インゲンのツナサラダ バナナ	お茶 菜飯おにぎり	牛乳 鮭 コンソメ ツナ	玉ねぎ･ブロッコリー 人参･しめじ まいたけ･インゲン バナナ･菜めしの素	ロールパン･じゃが芋 クリームシチュールー しょうゆ･上白糖 米
6	木	牛乳 おやさいせんべい	ご飯 豚肉の生姜炒め 大根のかにかま和え 小松菜のすまし汁	牛乳 バナナマフィン	豚肉 かにかま 牛乳 鶏卵	玉ねぎ･キャベツ･人参 しょうが･大根 きゅうり･小松菜 ねぎ･バナナ	米･しょうゆ みりん･なたね油 マヨネーズ･上白糖 塩･小麦粉
7	金	牛乳 マンナビスケット	ご飯 鶏肉の天ぷら 白菜の和え物 さつま揚げの味噌汁	牛乳 にんじん寒天	鶏肉 さつま揚げ 味噌	白菜･小松菜 人参 玉ねぎ わかめ	米･しょうゆ 酒･上白糖 天ぷら粉･植物油 寒天･野菜ジュース
8	土	牛乳 市販菓子	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
10	月	スポーツの日					
11	火	牛乳 動物ビスケット	ご飯 鶏のピザ焼き キャベツのあっさり和え コンソメスープ	お茶 フルーチェ	鶏肉 コンソメ チーズ 牛乳	ケチャップ･玉ねぎ キャベツ 人参 コーン	米･塩 和風ドレッシング･上白糖 しょうゆ フルーチェ(イチゴ)
12	水	牛乳 ハイハイン	牛乳/ご飯 コロッケ チンゲン菜のごま和え 具だくさん味噌汁	お茶 中華ポテト	牛乳 かにかま 厚揚げ 味噌	チンゲン菜 玉ねぎ わかめ	米･植物油 とんかつソース･ごま しょうゆ･上白糖 じゃが芋･中華ポテト
13	木	牛乳 おやさいせんべい	ご飯 さわらの西京焼き 豆菜サラダ 豆腐のすまし汁	牛乳 きな粉ふのラスク	さわら･白味噌 大豆 豆腐 きな粉	小松菜 人参 えのき ねぎ	米･みりん 上白糖･和風ドレッシング しょうゆ･塩 おつゆ麩･マーガリン
14	金	牛乳 マンナビスケット	チキンカレー カラフルサラダ りんご	牛乳 オレンジ寒天	鶏肉	玉ねぎ･人参 ブロッコリー パプリカ りんご	米･じゃが芋･カレールー なたね油･酢 上白糖･しょうゆ 寒天･オレンジジュース
15	土	牛乳 市販菓子	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
17	月	牛乳 ベビーせんべい	お弁当の日	牛乳 ハッピーターン 満月ポン			
18	火	牛乳 動物ビスケット	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ チンゲン菜のナムル わかめスープ	牛乳 揚げパン	ミートボール チキンスープ きな粉	玉ねぎ･ピーマン パプリカ･チンゲン菜 コーン･人参 わかめ･えのき	米･植物油 しょうゆ･酢 上白糖･片栗粉 塩･ロールパン

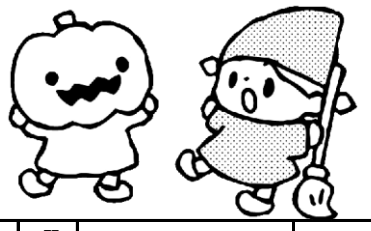
日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	水	牛乳 ハイハイン	牛乳 豚汁うどん ひじき大豆 バナナ	お茶 鮭わかめおにぎり	牛乳・豚肉 揚げ 味噌 大豆	大根・ごぼう・玉ねぎ 人参・わかめ ひじき・インゲン バナナ・わかめ御飯(鮭)	うどん・しょうゆ 上白糖 みりん 米
20	木	牛乳 おやさいせんべい	ご飯 さわらの煮付け 大根サラダ 揚げの味噌汁	牛乳 かぼちゃのおやき	さわら 揚げ 味噌	しょうが・大根 人参・コーン 玉ねぎ かぼちゃ	米・しょうゆ 上白糖・酒 ごまだれ・さつま芋 片栗粉・有塩バター
21	金	牛乳 マンナビスケット	ご飯 メンチカツ アスパラのサラダ 小松菜のスープ	牛乳 シュガーパイ	メンチカツ ツナ コンソメ	アスパラ 人参 小松菜 玉ねぎ	米・植物油 とんかつソース・マヨネーズ 塩・パイシート グラニュー糖
22	土	牛乳 市販菓子	チャーハン もやしのナムル わかめのスープ	牛乳 市販菓子	ウインナー チキンスープ	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン もやし・きゅうり わかめ	米 なたね油 しょうゆ 塩
24	月	牛乳 ベビーせんべい	ウインナーカレー ブロッコリーサラダ オレンジ	牛乳 ジャム蒸しパン	ウインナー ツナ 牛乳	玉ねぎ 人参 ブロッコリー オレンジ	米・じゃが芋 なたね油・カレールー マヨネーズ・小麦粉 いちごジャム・上白糖
25	火	牛乳 動物ビスケット	ご飯 肉豆腐 白菜のじゃこ和え 小松菜の味噌汁	牛乳 ゆかりおにぎり	豆腐・牛肉 ちりめんじゃこ 揚げ 味噌	玉ねぎ・人参 インゲン・白菜 小松菜・ねぎ しその香	米 みりん 上白糖 しょうゆ
26	水	牛乳 ハイハイン	≪ハロウィン≫ 牛乳/チキンライス マカロニサラダ ベーコンスープ	お茶 プリン	牛乳 コンソメ 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ・グリンピース ケチャップ・ブロッコリー のり・コーン きゅうり・人参	米・塩 なたね油・マカロニ マヨネーズ・しょうゆ プリンミックス
27	木	牛乳 おやさいせんべい	ご飯 白身魚のフライ キャベツのおかか和え さつま揚げの味噌汁	牛乳 じゃがもち	ホキ・かつお節 さつま揚げ 味噌 コンソメ	ケチャップ・キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ	米・小麦粉・パン粉 植物油・とんかつソース・しょうゆ 上白糖・じゃが芋 なたね油・片栗粉
28	金	牛乳 マンナビスケット	ご飯 マーボー豆腐 もやしのナムル 中華スープ	牛乳 お誕生日ケーキ	豆腐・豚ミンチ 赤だし・チキンスープ 牛乳 ホイップ	しょうが・玉ねぎ・人参 ねぎ・もやし チンゲン菜・にら えのき・みかん缶	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉 塩・しょうゆ 小麦粉・上白糖
29	土	牛乳 市販菓子	お弁当の日	牛乳 市販菓子			
31	月	牛乳 ベビーせんべい	お弁当の日 ハロウィンクッキー	牛乳 市販菓子	牛乳	かぼちゃ	小麦粉 片栗粉 マーガリン 上白糖

ハロウィンって何？

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがいっそう盛り上がるでしょう。

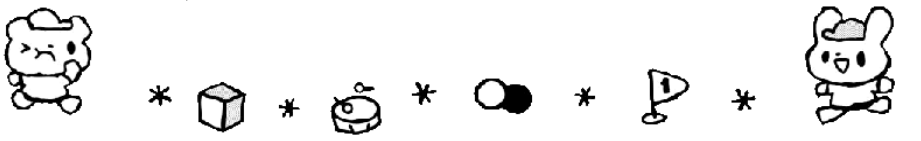
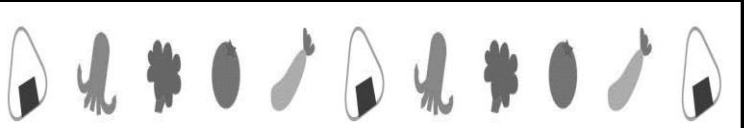
楽しいサツマイモ掘り

みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのことを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか？」といっしょに考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。



10月給食予定献立表　後期9～11ヶ月頃

2022年　認定こども園
関西女子短期大学附属幼稚園　乳児園舎
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名		
					赤：血や肉を作る	緑：体の調子を整える	黄：熱や力の元になる
1	土	市販菓子	5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	市販菓子	高野豆腐	玉ねぎ･キャベツ 人参 チンゲン菜 大根	米
3	月	ベビーせんべい	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 味噌汁	市販菓子	ささみ 味噌	玉ねぎ 人参 キャベツ	米 上白糖
4	火	動物ビスケット	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 スープ	さつま芋マッシュ	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 白菜	米 上白糖 さつま芋
5	水	ハイハイン	5倍粥又は軟飯 白身魚と野菜の煮物 バナナ	野菜粥	カレイ	玉ねぎ ブロッコリー 人参 バナナ	米 じゃが芋 上白糖
6	木	むらさきいも せんべい	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 スープ	刻みバナナ	ささみ	玉ねぎ･キャベツ 人参･大根 きゅうり･小松菜 バナナ	米 上白糖
7	金	マンナビスケット	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 味噌汁	じゃが芋マッシュ	鶏ミンチ 味噌	白菜 小松菜 人参 玉ねぎ	米 上白糖 じゃが芋
8	土	市販菓子	お弁当の日	市販菓子			
10	月	スポーツの日					
11	火	動物ビスケット	5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	かぼちゃマッシュ	高野豆腐	玉ねぎ キャベツ 人参 かぼちゃ	米 上白糖
12	水	ハイハイン	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 味噌汁	さつま芋マッシュ	鶏ミンチ 味噌	チンゲン菜 玉ねぎ	米 上白糖 じゃが芋 さつま芋
13	木	ほうれん草 せんべい	5倍粥又は軟飯 白身魚と野菜の煮物 スープ	りんごの甘煮	カレイ 豆腐	小松菜 人参 玉ねぎ りんご	米 上白糖
14	金	マンナビスケット	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 りんご	じゃが芋マッシュ	ささみ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー りんご	米 じゃが芋 上白糖
15	土	市販菓子	お弁当の日	市販菓子			
17	月	ベビーせんべい	お弁当の日	市販菓子			
18	火	動物ビスケット	5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	さつま芋マッシュ	高野豆腐	玉ねぎ チンゲン菜 人参	米 上白糖 さつま芋

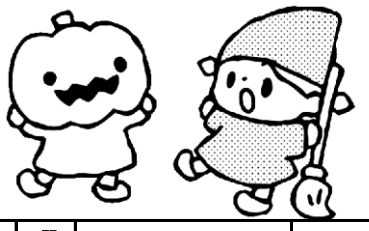
日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	水	ハイハイン	煮込みうどん 野菜のそぼろ煮 バナナ	野菜粥	鶏ミンチ 味噌	大根 玉ねぎ 人参 バナナ	うどん 上白糖 米
20	木	むらさきいも せんべい	5倍粥又は軟飯 白身魚と野菜の煮物 味噌汁	かぼちゃマッシュ	カレイ 味噌	大根 人参 玉ねぎ かぼちゃ	米 上白糖 さつま芋
21	金	マンナビスケット	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 スープ	さつま芋マッシュ	ささみ	人参 小松菜 玉ねぎ	米 上白糖 さつま芋
22	土	市販菓子	5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	市販菓子	高野豆腐	玉ねぎ 人参 きゅうり	米 上白糖
24	月	ベビーせんべい	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 オレンジ	じゃが芋マッシュ	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー オレンジ	米 じゃが芋 上白糖
25	火	動物ビスケット	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 味噌汁	野菜粥	豆腐 味噌	玉ねぎ 人参 白菜 小松菜	米 上白糖
26	水	ハイハイン	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 スープ	さつま芋マッシュ	ささみ	玉ねぎ ブロッコリー きゅうり 人参	米 上白糖 さつま芋
27	木	ほうれん草 せんべい	5倍粥又は軟飯 白身魚と野菜の煮物 味噌汁	じゃが芋マッシュ	カレイ 味噌	キャベツ 人参 玉ねぎ	米 上白糖 じゃが芋
28	金	マンナビスケット	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 スープ	刻みバナナ	豆腐	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 バナナ	米 上白糖
29	土	市販菓子	お弁当の日	市販菓子			
31	月	ベビーせんべい	お弁当の日 （かぼちゃマッシュ）	市販菓子		かぼちゃ	上白糖

ハロウィンって何？

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがいっそう盛り上がるでしょう。

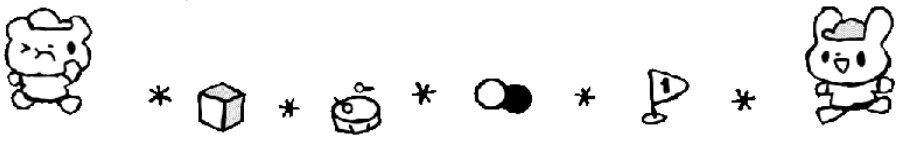
楽しいサツマイモ掘り

みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのことを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか？」といっしょに考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。



10月給食予定献立表　中期7～8ヶ月頃

2022年　認定こども園
関西女子短期大学附属幼稚園　乳児園舎
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	土	市販菓子	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	市販菓子	高野豆腐	玉ねぎ･キャベツ 人参 チンゲン菜 大根	米
3	月	ベビーせんべい	7倍粥 ささみと野菜の煮物 スープ	市販菓子	ささみ	玉ねぎ 人参 キャベツ	米 上白糖
4	火	野菜のハイハイン	7倍粥 野菜のそぼろ煮 スープ	さつま芋マッシュ	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 白菜	米 上白糖 さつま芋
5	水	ハイハイン	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 バナナ	野菜粥	カレイ	玉ねぎ ブロッコリー 人参 バナナ	米 じゃが芋 上白糖
6	木	ベビーせんべい	7倍粥 ささみと野菜の煮物 スープ	刻みバナナ	ささみ	玉ねぎ･キャベツ 人参･大根 きゅうり･小松菜 バナナ	米 上白糖
7	金	野菜のハイハイン	7倍粥 野菜のそぼろ煮 スープ	じゃが芋マッシュ	鶏ミンチ	白菜 小松菜 人参 玉ねぎ	米 上白糖 じゃが芋
8	土	市販菓子	お弁当の日	市販菓子			
10	月	スポーツの日					
11	火	ベビーせんべい	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	かぼちゃマッシュ	高野豆腐	玉ねぎ キャベツ 人参 かぼちゃ	米 上白糖
12	水	ハイハイン	7倍粥 野菜のそぼろ煮 スープ	さつま芋マッシュ	鶏ミンチ	チンゲン菜 玉ねぎ	米 上白糖 じゃが芋 さつま芋
13	木	野菜のハイハイン	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 スープ	りんごの甘煮	カレイ 豆腐	小松菜 人参 玉ねぎ りんご	米 上白糖
14	金	ベビーせんべい	7倍粥 ささみと野菜の煮物 りんご	じゃが芋マッシュ	ささみ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー りんご	米 じゃが芋 上白糖
15	土	市販菓子	お弁当の日	市販菓子			
17	月	ベビーせんべい	お弁当の日	市販菓子			
18	火	野菜のハイハイン	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	さつま芋マッシュ	高野豆腐	玉ねぎ チンゲン菜 人参	米 上白糖 さつま芋

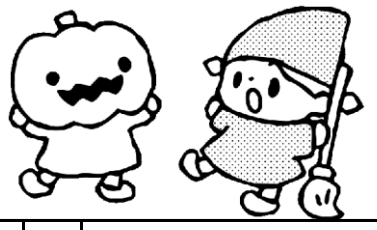
日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材料名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	水	ハイハイン	煮込みうどん 野菜のそぼろ煮 バナナ	野菜粥	鶏ミンチ	大根 玉ねぎ 人参 バナナ	うどん 上白糖 米
20	木	ベビーせんべい	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 スープ	かぼちゃマッシュ	カレイ	大根 人参 玉ねぎ かぼちゃ	米 上白糖 さつま芋
21	金	野菜のハイハイン	7倍粥 ささみと野菜の煮物 スープ	さつま芋マッシュ	ささみ	人参 小松菜 玉ねぎ	米 上白糖 さつま芋
22	土	市販菓子	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 スープ	市販菓子	高野豆腐	玉ねぎ 人参 きゅうり	米 上白糖
24	月	ベビーせんべい	7倍粥 野菜のそぼろ煮 オレンジ	じゃが芋マッシュ	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー オレンジ	米 じゃが芋 上白糖
25	火	野菜のハイハイン	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 スープ	野菜粥	豆腐	玉ねぎ 人参 白菜 小松菜	米 上白糖
26	水	ハイハイン	7倍粥 ささみと野菜の煮物 スープ	さつま芋マッシュ	ささみ	玉ねぎ ブロッコリー きゅうり 人参	米 上白糖 さつま芋
27	木	ベビーせんべい	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 スープ	じゃが芋マッシュ	カレイ	キャベツ 人参 玉ねぎ	米 上白糖 じゃが芋
28	金	野菜のハイハイン	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 スープ	刻みバナナ	豆腐	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 バナナ	米 上白糖
29	土	市販菓子	お弁当の日	市販菓子			
31	月	ベビーせんべい	お弁当の日 （かぼちゃマッシュ）	市販菓子		かぼちゃ	上白糖

ハロウィンって何？

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがいっそう盛り上がるでしょう。

楽しいサツマイモ掘り

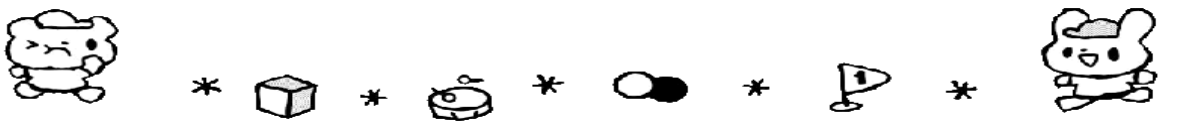
みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのことを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか？」といっしょに考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。

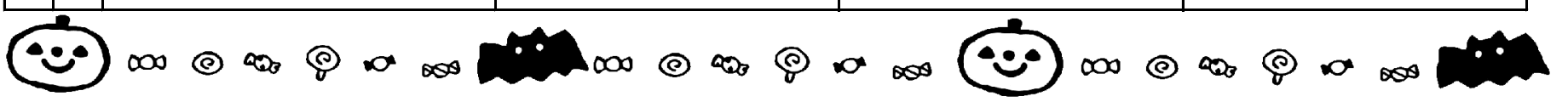


10月給食予定献立表　初期5～6ヶ月頃

2022年　認定こども園
関西女子短期大学附属幼稚園　乳児園舎

都合により献立を変更する事があります。

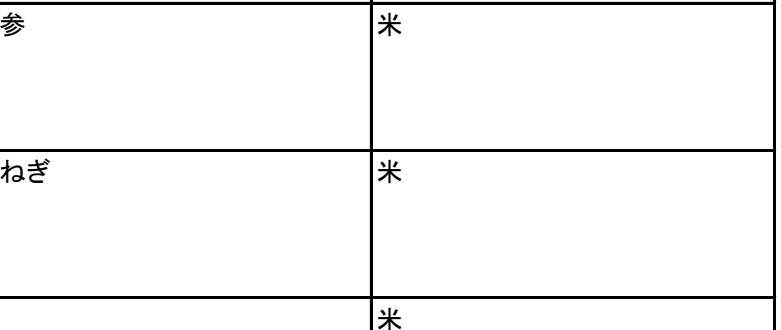
日	曜日	昼食	材料名		
			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	土	ペースト粥 高野豆腐ペースト 玉ねぎペースト	高野豆腐	玉ねぎ	米
3	月	ペースト粥 白身魚ペースト 人参ペースト	カレイ	人参	米
4	火	ペースト粥 豆腐ペースト 白菜ペースト	豆腐	白菜	米
5	水	ペースト粥 白身魚ペースト じゃが芋ペースト	カレイ		米 じゃが芋
6	木	ペースト粥 豆腐ペースト キャベツペースト	豆腐	キャベツ	米
7	金	ペースト粥 高野豆腐ペースト 小松菜ペースト	高野豆腐	小松菜	米
8	土	お弁当の日			
10	月	スポーツの日			
11	火	ペースト粥 高野豆腐ペースト 人参ペースト	高野豆腐	人参	米
12	水	ペースト粥 白身魚ペースト じゃが芋ペースト	カレイ		米 じゃが芋
13	木	ペースト粥 豆腐ペースト 玉ねぎペースト	豆腐	玉ねぎ	米
14	金	ペースト粥 白身魚ペースト ブロッコリーペースト	カレイ	ブロッコリー	米
15	土	お弁当の日			
17	月	お弁当の日			
18	火	ペースト粥 高野豆腐ペースト 人参ペースト	高野豆腐	人参	米



日	曜日	昼食	材料名		
			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	水	うどんペースト 豆腐ペースト 人参ペースト	豆腐	人参	うどん
20	木	ペースト粥 白身魚ペースト さつま芋ペースト	カレイ		米 さつま芋
21	金	ペースト粥 豆腐ペースト 人参ペースト	豆腐	人参	米
22	土	ペースト粥 高野豆腐ペースト 玉ねぎペースト	高野豆腐	玉ねぎ	米
24	月	ペースト粥 白身魚ペースト じゃが芋ペースト	カレイ		米 じゃが芋
25	火	ペースト粥 豆腐ペースト 白菜ペースト	豆腐	白菜	米
26	水	ペースト粥 高野豆腐ペースト ブロッコリーペースト	高野豆腐	ブロッコリー	米
27	木	ペースト粥 白身魚ペースト キャベツペースト	カレイ	キャベツ	米
28	金	ペースト粥 豆腐ペースト 玉ねぎペースト	豆腐	玉ねぎ	米
29	土	お弁当の日			
31	月	お弁当の日			

ハロウィンって何？

10月31日のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとカブをくり抜いたちょうちんだったものがアメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーなどが行われるようになりました。カボチャは甘味もあり、ビタミンＡを豊富に含みます。カボチャをパイにしたり、プリンなどのおやつを作ったりすると、ハロウィンがいっそう盛り上がるでしょう。



楽しいサツマイモ掘り

みんなで掘る楽しさや、とれたうれしさなど、自分で収穫したもののおいしさは格別です。また、葉っぱやつるのようす、土に埋まっているイモ、畑の土の感触、畑にいる虫など、たくさんのことを観察して学べます。サツマイモもさまざまな大きさや形があります。掘ったサツマイモを「どうやって食べようか？」といっしょに考えるのも、楽しみのひとつです。育てる→収穫する→食べることは、子どもにとってかけがえのない体験になるでしょう。