

令和 6年 10月 献立表 (後期・完了期)

二川保育園 (川船作成)

日	曜	献立名			赤色	黄色	緑色	
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
28	月	じゃが芋煮	鶏肉のスパゲティ チンゲン菜のしらす和え さつま芋スープ	♪人参おにぎり 麦茶 りんご	しらす 鶏肉 ツナ	パスタ ごはん さつま芋 じゃが芋	チンゲン菜 もやし 人参 玉ねぎ 浅葱 りんご	
1 15 29	火	人参スティック	ごはん ほっけの塩煮 ひじきの煮物 南瓜の味噌汁	♪蒸しパン 麦茶 オレンジ	ほっけ ひじき	ごはん 南瓜	蓮根 人参 牛蒡 茄子 玉ねぎ 葱 オレンジ	
2 16 30	水	スティックパン	ごはん 五目煮 かぶの和え物 麩のすまし汁	♪きな粉プリン 麦茶 おせんべい	鶏肉 高野豆腐 きな粉	ごはん 麩 食パン	玉ねぎ 人参 蓮根 かぶ もやし 牛蒡 葱	
3 17	木	バナナ	ごはん カレイの煮物 ほうれん草の和え物 さつま芋の味噌汁	♪蒸しパン 麦茶 梨	カレイ	ごはん さつま芋	もやし ほうれん草 人参 玉ねぎ 葱 梨 バナナ	
4 18	金	ふかし芋	ごはん 秋野菜の煮物 切り干し大根のツナ和え オニオンスープ	♪きな粉パン 麦茶 バナナ	豚肉 ツナ	ごはん 食パン さつま芋	玉ねぎ 人参 胡瓜 蓮根 牛蒡 バナナ	
12 19	土	おかし	ごはん 中華風煮 人参のナムル 葱スープ	♪スティックパン 麦茶 バナナ	豚肉	ごはん	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし 葱 バナナ	
7 21	月	じゃが芋煮	煮込みうどん 豚肉の煮物 青菜の和え物	♪炊き込みおにぎり 麦茶 梨	豚肉 ひじき	うどん ごはん じゃが芋	大根 葱 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし 梨	
8 22	火	スティックパン	ごはん 鮭の煮物 ほうれん草の和え物 かぶの味噌汁	♪ふかし芋 麦茶 オレンジ	鮭	ごはん さつま芋 食パン	ほうれん草 もやし かぶ 人参 玉ねぎ オレンジ	
9 23	水	人参スティック	ピラフ 鶏肉のトマト煮 きゃべつの和え物 ほうれん草スープ	♪マカロニきな粉 麦茶 りんご	鶏肉	ごはん マカロニ	きゃべつ りんご 人参 玉ねぎ	
10 24	木	バナナ	ごはん 鱈の味噌煮 白菜の和え物 豆腐のすまし汁	♪りんごゼリー 麦茶 おせんべい	鱈	ごはん	白菜 もやし 人参 りんご バナナ	
11	金	ふかし芋	食パン 人参のクリーム煮 南瓜の和え物 人参スープ	♪人参ケーキ 麦茶 オレンジ	豚肉	ごはん パン 南瓜 さつま芋 じゃが芋	人参 玉ねぎ 胡瓜 オレンジ	
5 26	土	おかし	ごはん 煮物 スープ バナナ	バナナ 麦茶 おせんべい	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 バナナ	
25	金	★誕生会 お楽しみ給食★						
31	木	★ハロウィン 給食★						

※献立内の青色は絵本の『ゴリラさんだめです』にてくる『人参のクリーム煮』と『人参ケーキ』を午後のおやつに提供します。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。※都合により献立、食材が変更になる場合があります。

♪『ゴリラさんだめです』

うさぎのうさやまさんが畑を耕していると、怖そうなゴリラさんがやってきました。  
「ゴリラさん 家の前にいてもいいけど、畑に入ったらだめですよ」とうさやまさんに言われましたが  
ゴリラさんは、畑から大切な人参を引っっこ抜いてしまいました。その後も、うさやまさんのいうことを  
ぜんぜん聞かないゴリラさん。さあ、うさやまさんはどうするのでしょうか…



『人参ケーキ』(4人分)材料 薄力粉100g ベーキングパウダー小さじ1 砂糖20g 水50cc 人参1/2本 油大さじ1  
作り方 ①ボウルに薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖を入れてまんべんなく混ぜておく。②水、油、すりおろした人参を加えて粉っぽさが無くなるまでよく混ぜる。③よく混ぜたら耐熱皿にクッキングシートを敷き、生地を入れ電子レンジで2~3分加熱したら完成！ふわふわで子どもに大人気のおやつです。(生後9か月から)