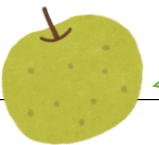
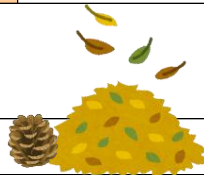




	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 牛乳	2 ドリンクヨーグルト	3 牛乳	4 麦茶、ぱりんこ
昼食	 食欲の秋！！ たくさん食べて		ご飯、スタミナ納豆、昆布の煮物、切り干し大根のみそ汁、バナナ	ご飯、鶏肉のトマト煮、ブロッコリーのゴマ和え、コンソメスープ、りんご	きのこご飯、さけの塩焼き、さつま芋の甘煮、わかめのすまし汁、グレープフルーツ	焼きそば、野菜スティック、豆腐スープ、バナナ
午後			牛乳、味しらべ	牛乳、小豆のケーキ	牛乳、たべっこどうぶつ	麦茶、ホームパイ
午前	6 牛乳	7 麦茶、ホームパイ	8 牛乳	9 りんごジュース	10 牛乳	11 麦茶、カルシウムせんべい
昼食	ご飯、たらのみそマヨ焼き、蒸しかぼちゃ、けんちん汁、バナナ	ビビンバ、白菜の煮びたし、えのきのみそ汁、キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン、ブロッコリーのごまあえ、かぶのスープ、りんご	ご飯、揚げ豆腐の和風あんかけ、きゅうりともやしの酢の物、じゃがいものみそ汁、バナナ	ご飯、さわらのムニエル、じゃが芋炒め、わかめスープ、梨	マーボー丼、もやしのナムル、はるさめと海苔のスープ、オレンジ
午後	牛乳、味しらべ	牛乳、星たべよ	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、ギョーザ アスパラガス	牛乳、さつま芋蒸しパン	麦茶、ぼたぼた焼き
午前	13	14 麦茶、ぱりんこ	15 牛乳	16 オレンジジュース	17 牛乳	18 麦茶、ぼたぼた焼
昼食	 スポーツの日	ご飯、さばのカレー風味焼き、切干し大根の旨煮、さつまいものみそ汁、みかん缶	三色どんぶり（卵）、蒸し鶏とブロッコリーの和え物、すまし汁（じゃが芋）、柿	さつま芋御飯、タラのホイル焼き、にんじんしりしり、えのきのすまし汁、バナナ	ご飯、豚肉のすき焼き風煮物、小松菜とコーンの和え物、かぶのみそ汁、キウイフルーツ	豚丼、すまし汁、グレープフルーツ
午後		牛乳、ビスコ	牛乳、ヨーグルトケーキ	牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、じゃこマヨトースト	麦茶、ヨーグルト
午前	20 牛乳	21 麦茶、ヨーグルト	22 牛乳	23 ぶどうジュース	24 牛乳	25 麦茶、白い風船
昼食	ビーンズライス、豆腐スープ（にら）、オレンジ	里芋とベーコンの炊き込みご飯、ふわふわきのこバーグ、大根のフレンチサラダ、仙台芭蕉菜とちくわのごま和え、かぼちゃの豆乳み	ご飯、ぶりの照り焼き、きんぴらごぼう、大根となめこのみそ汁、梨	ご飯、鶏のから揚げ、切干し大根のサラダ、おくらスープ、バナナ	きつねうどん、ほうれん草とツナの酢和え、バナナ	ひじきチャーハン、わかめスープ、バナナ
午後	牛乳、ホットケーキ・ココア	牛乳、鉄入りウエハース	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ゆかりおにぎり	麦茶、ホームパイ
午前	27 牛乳	28 麦茶、ギョーザ アスパラガス	29 牛乳	30 りんごジュース	31 牛乳	
昼食	ご飯、豆腐の松風焼き、キャベツと油揚げの炒め煮、みそ汁、バナナ	ラーメン（もやし・にら）、かぼちゃの甘煮、オレンジ	ご飯、鮭のちゃんちゃん焼き（卵対）、れんこんとひじきのサラダ、白菜のすまし汁、りんご	ご飯、厚揚げと豚肉のみそ煮、はるさめサラダ、中華スープ、バナナ	パン・ロールパン、かぼちゃグラタン、コンスープ（ねぎ）、フルーツポンチ	
午後	牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、おにぎり（あおのり）	牛乳、ぱりんこ	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、かぼちゃマフィン	

☆登注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

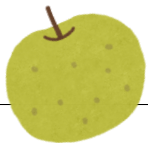
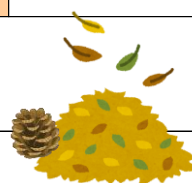
	エネルギー	タンパク	脂質	食塩
	kcal	g	g	g
3才未満児	435	16.3	13.6	1.3
目標量	464	18.6	12.9	1.5
充足率(%)	94	88	105	87

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは
宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてく

10月の離乳食(12-18ヶ月)

ハピネス保育園

2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 牛乳	2 ドリンクヨーグルト	3 牛乳	4 麦茶、ハイハイ
昼食		食欲の秋！！ たくさん食べて 元気に過ごそ	軟飯、スタミナ納豆、昆布の煮物、切り干し大根のみそ汁、バナナ	軟飯、鶏肉のトマト煮、ブロッコリーのゴマ和え、コンソメスープ、りんご	きのこご飯、さけの塩焼き、さつま芋の甘煮、わかめのすまし汁、グレープフルーツ	焼きそば、野菜スティック、豆腐スープ、バナナ
午後			麦茶、やさいかそく	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、ミルクウエハース	麦茶、バナナクッキー
午前	6 牛乳	7 麦茶、かぼちゃクッキー	8 牛乳	9 りんごジュース	10 牛乳	11 麦茶、ハイハイ
昼食	軟飯、たらのみそマヨ焼き、蒸しかぼちゃ、けんちん汁、バナナ	ビビンバ(軟飯)、白菜の煮びたし、えのきのみそ汁、キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン、ブロッコリーのこまあえ、かぶのスープ、りんご	軟飯、揚げ豆腐の和風あんかけ、きゅうりともやしの酢の物、じゃがいものみそ汁、バナナ	軟飯、さわらのムニエル、鮭のパン粉焼き、じゃが芋炒め、わかめスープ、梨	マーボー丼(軟飯)、もやしナムル、はるさめと海苔のスープ、オレンジ
午後	牛乳、どうぶつビスケット	牛乳、やさいかそく	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、さつま芋蒸しパン	麦茶、ひじきせんべい
午前	13	14 麦茶、やさいかそく	15 牛乳	16 オレンジジュース	17 牛乳	18 麦茶、小魚せんべい
昼食		軟飯、さばのカレー風味焼き、切干し大根の旨煮、さつまいものみそ汁、みかん缶	鶏肉の照り焼き丼(軟飯)、蒸し鶏とブロッコリーの和え物、柿、すまし汁(じゃが芋)	さつま芋ご飯(軟飯)、タラのホイル焼き、にんじんしりしり、えのきのすまし汁、バナナ	軟飯、豚肉のすき焼き風煮物、小松菜とコーンの和え物、かぶのみそ汁、キウイフルーツ	豚丼(軟飯)、すまし汁、グレープフルーツ
午後		牛乳、小魚せんべい	牛乳、バナナヨーグルト	牛乳、ハイハイ	牛乳、手づかみ食パン	麦茶、かぼちゃクッキー
午前	20 牛乳	21 麦茶、ヨーグルト	22 牛乳	23 ぶどうジュース	24 牛乳	25 麦茶、ヨーグルト
昼食	ビーンズライス、豆腐スープ(にら)、オレンジ	里芋とベーコンの炊き込みご飯、ふわふわきのこバーグ、大根のフレンチサラダ・仙台芭蕉菜とちくわのこま和え、かぼちゃの豆乳み	軟飯、ぶりの照り焼き、きんぴらごぼう、大根となめこのみそ汁、梨	軟飯、鶏のから揚げ、切干し大根のサラダ、おくらスープ、バナナ	きつねうどん、ほうれん草とツナの酢和え、バナナ	ひじきチャーハン(軟飯)、わかめスープ、バナナ
午後	麦茶、バナナクッキー	牛乳、ひじきせんべい	牛乳、ミルクウエハース	麦茶、ゆでじゃがいも	牛乳、ゆかりおにぎり	麦茶、バナナクッキー
午前	27 牛乳	28 麦茶、ひじきせんべい	29 牛乳	30 りんごジュース	31 牛乳	
昼食	軟飯、豆腐の松風焼き、キャベツと油揚げの炒め煮、みそ汁、バナナ	ラーメン(もやし・にら)、かぼちゃの甘煮、オレンジ	軟飯、鮭のちゃんちゃん焼き(7対)、れんこんとひじきのサラダ、白菜のすまし汁、りんご	軟飯、厚揚げと豚肉のみそ煮、はるさめサラダ、中華スープ、バナナ	パン・ロールパン、かぼちゃグラタン、コーンスープ(ねぎ)、フルーツポンチ、柿	
午後	牛乳、ハイハイ	牛乳、おにぎり(あおのり)	牛乳、小魚せんべい	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、かぼちゃクッキー	

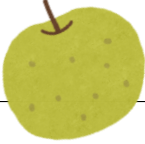
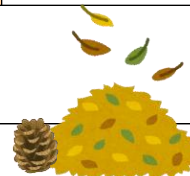
☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださいね！

10月の離乳食(9-11ヶ月)

ハピネス保育園

2025年

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1	麦茶、ヨーグルト	2	麦茶、ヨーグルト	3	麦茶、ヨーグルト	4	麦茶、ヨーグルト
昼食			食欲の秋！！ たくさん食べて 元気に過ごそう ☆		5倍粥、スタミナ納豆、切り干し大根のみそ汁、バナナ、ミルク		5倍粥、鶏肉のトマト煮、コンソメスープ、りんご、ミルク		きのこご飯、さけの出汁煮、わかめのすまし汁、バナナ、ミルク		うどん（大根・ツナ）、野菜スティック、バナナ、ミルク	
午後					麦茶、やさいかそく、ミルク		麦茶、かぼちゃクッキー、ミルク		麦茶、ミルクウエハース、ミルク		麦茶、バナナクッキー、ミルク	
午前	6	麦茶、ヨーグルト	7	麦茶、ヨーグルト	8	麦茶、ヨーグルト	9	麦茶、ヨーグルト	10	麦茶、ヨーグルト	11	麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥、タラのみそ煮、けんちん汁、バナナ、ミルク		5倍粥、野菜そぼろ煮、えのきのスープ、バナナ、ミルク		ナポリタン、かぶのスープ、りんご、ミルク		5倍粥、豆腐の和風あんかけ、じゃがいものみそ汁、オレンジ、ミルク		5倍粥、さけのしょうゆ煮、わかめスープ（コーン）、梨、ミルク		5倍粥、鶏肉のとりみ煮、はるさめスープ、オレンジ、ミルク	
午後	麦茶、どうぶつビスケット、ミルク		麦茶、やさいかそく、ミルク		麦茶、おかか粥、ミルク		麦茶、ミルクウエハース、ミルク		麦茶、手づかみ食パン、ミルク		麦茶、ひじきせんべい、ミルク	
午前	13		14	麦茶、ヨーグルト	15	麦茶、ヨーグルト	16	麦茶、ヨーグルト	17	麦茶、ヨーグルト	18	麦茶、ヨーグルト
昼食	 スポーツの日		5倍粥、さけと野菜の煮物、さつまいもとしめじのみそ汁、オレンジ、ミルク		5倍粥、鶏の照り焼き、すまし汁（じゃが芋）、オレンジ、ミルク		さつま芋御飯（五倍粥）、タラのホイル焼き、えのきのすまし汁、バナナ、ミルク		5倍粥、豚肉のすき焼き風煮物、みそ汁、りんご、ミルク		5倍粥、豚ひき肉と野菜の煮物、すまし汁（小松菜）、オレンジ、ミルク	
午後			麦茶、小魚せんべい、ミルク		麦茶、バナナヨーグルト、ミルク		麦茶、ハイハイ、ミルク		麦茶、手づかみ食パン、ミルク		麦茶、かぼちゃクッキー、ミルク	
午前	20	麦茶、ヨーグルト	21	麦茶、ヨーグルト	22	麦茶、ヨーグルト	23	麦茶、ヨーグルト	24	麦茶、ヨーグルト	25	麦茶、ヨーグルト
昼食	5倍粥、ポトフ、わかめのみそ汁、オレンジ、ミルク		5倍粥、かぼちゃ入り鶏つくね、里芋とツナの豆乳煮、小松菜とコーンの味噌汁、りんご、ミルク		5倍粥、鮭のみそ煮、豆腐のみそ汁（なめこ）、梨、ミルク		5倍粥、鶏ひき肉の野菜煮、おくらスープ、バナナ、ミルク		野菜うどん（9-11）、小松菜のあえ物、バナナ、ミルク		5倍粥、野菜とろみ煮、わかめスープ、バナナ、ミルク	
午後	麦茶、バナナクッキー、ミルク		麦茶、ひじきせんべい、ミルク		麦茶、ミルクウエハース、ミルク		麦茶、ゆでじゃがいも、ミルク		麦茶、全粥（のり）、ミルク		麦茶、バナナクッキー、ミルク	
午前	27	麦茶、ヨーグルト	28	麦茶、ヨーグルト	29	麦茶、ヨーグルト	30	麦茶、ヨーグルト	31	麦茶、ヨーグルト		
昼食	5倍粥、豆腐と野菜の煮物、じゃがいものみそ汁、りんご、ミルク		みそうどん、にらコーン（9-11）、かぼちゃの甘煮、オレンジ、ミルク		5倍粥、鮭のもみじあんかけ煮、すまし汁（白菜・えのき）、りんご、ミルク		5倍粥、鶏肉のごまみそ焼、中華スープ、バナナ、ミルク		食パン、かぼちゃのシチュー、オレンジ、バナナ、ミルク			
午後	麦茶、ハイハイ、ミルク		麦茶、全粥（ゆかり）、ミルク		麦茶、小魚せんべい、ミルク		麦茶、ミルクウエハース、ミルク		麦茶、ミルク、かぼちゃクッキー			

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださいね！

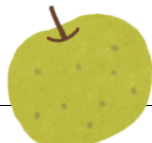
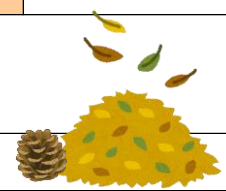
10月の離乳食(7-8ヶ月)

ハピネス保育園



2025年



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ヨーグルト	3 麦茶、ヨーグルト	4 麦茶、ヨーグルト
昼食		食欲の秋！！ たくさん食べて 元気に過ごそう ☆	7倍粥、納豆、たまねぎの すまし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏ささみトマト 煮、コンソメスープ、りん ご、ミルク	7倍粥、さけ煮、野菜のす まし汁、オレンジ、ミルク	野菜うどん(9-11)、ほ うれん草煮、オレンジ、ミ ルク
午後			麦茶、やさいかぞく、ミル ク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク
午前	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト
昼食	7倍粥、鮭のあんかけ煮、 にんじんのすまし汁、パナ ナ、ミルク	7倍粥、ささみの野菜とろ み煮、かぶのすまし汁、オ レンジ、ミルク	和風野菜パスタ、豆腐の スープ、りんご、ミルク	7倍粥、豆腐の和風あんか け、オレンジ、ミルク	7倍粥、さけ煮、じゃがい ものすまし汁、梨、ミルク	7倍粥、鶏肉の野菜煮込 み、バナナ、ミルク
午後	麦茶、やさいかぞく、ミル ク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、おかか粥、ミルク	麦茶、ミルクウエハース、 ミルク	麦茶、パン粥、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク
午前	13	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ハイハイン
昼食		7倍粥、ツナと野菜の煮 物、さつまいものすまし 汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、そぼろ煮、すまし 汁(じゃが芋)、バナナ、 ミルク	7倍粥、さけ煮、野菜のす まし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏ささみと人参の 出汁煮、かぶのすまし汁、 オレンジ、ミルク	7倍粥、納豆、大根のすま し汁、バナナ、ミルク
午後		麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、バナナヨーグルト、 ミルク	麦茶、やさいかぞく、ミル ク	麦茶、手づかみ食パン、ハ イハイン、ミルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク
午前	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、ヨーグルト	25 麦茶、ヨーグルト
昼食	7倍粥、ポトフ、人参のす まし汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、鶏ささみとさつま 芋の煮物、小松菜とコーン のすまし汁、りんご、ミル ク	7倍粥、鮭の野菜煮、大根 のすまし汁、梨、ミルク	7倍粥、鶏ささみの納豆 煮、おくらスープ、パナ ナ、ミルク	うどん、こまつなのあえ、 オレンジ、ミルク	7倍粥、野菜と豆腐のとろ み煮、にんじんのスープ、 バナナ、ミルク
午後	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、ハッシュドポテト、 ミルク	麦茶、全粥(きなこ)、ミ ルク	麦茶、ひじきせんべい、ミ ルク
午前	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ヨーグルト	31 麦茶、ヨーグルト	
昼食	7倍粥、豆腐と野菜の煮 物、すまし汁、りんご、ミ ルク	温そうめん、かぼちゃの甘 煮、オレンジ、ミルク	7倍粥、さけの出汁煮、は くさいのすまし汁、りん ご、ミルク	7倍粥、豆腐と青菜のとろ み煮、すまし汁、バナナ、 ミルク	食パン、かぼちゃのシ チュー、キャベツのツナ和 え、オレンジ、ミルク	
午後	麦茶、ハイハイン、ミルク	麦茶、全粥(ゆかり)、ミ ルク	麦茶、小魚せんべい、ミル ク	麦茶、やさいかぞく、ミル ク	麦茶、ハイハイン、ミルク	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮
城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくだ
さいね！

ハピネス保育園🎃🎃🎃🎃🎃🎃

🎃🧙🎃🧙🎃🧙🎃 2025年

A decorative illustration featuring a large pile of yellow autumn leaves with some green and brown leaves scattered around it. A single brown pine cone is positioned to the left of the leaf pile.

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は爽やかな季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味噌汁にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城
県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくだ
さいね！