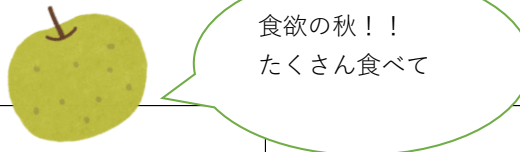
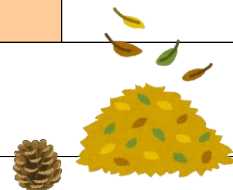




	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1	牛乳	2	ドリンクヨーグルト	3	牛乳	4	麦茶、ばりんこ
昼食					ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ		ご飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ りんご		きのことご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨		焼きそば 野菜スティック 豆腐スープ バナナ	
午後					牛乳、味しらべ		牛乳、小豆のケーキ		牛乳、たべっこどうぶつ		麦茶、ホームパイ	
午前	6	牛乳	7	麦茶、ホームパイ	8	牛乳	9	りんごジュース	10	牛乳	11	麦茶 カルシウムせんべい
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、ばりんこ	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			ご飯 さばのカレー風味焼き 切り干し大根の旨煮 さつま芋のみそ汁 みかん缶		三色どんぶり 蒸し鶏とブロッコリーの和え物 すまし汁 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、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 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 かぼちゃの豆乳みそスープ りんご		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 グレープフルーツ		ご飯 鶏のから揚げ 切り干し大根のサラダ 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 りんご		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	ヤクルト	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 かぼちゃの甘煮 オレンジ		ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 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		ロールパン かぼちゃグラタン コーンスープ 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、ばりんこ		牛乳、ぼたぼた焼き		牛乳、かぼちゃマフィン			

☆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。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	557	21.9	18	1.7
目標量	532	21.3	14.8	1.5
3才未満児	454	17.8	14.7	1.4
目標量	465	18.6	12.9	1.4

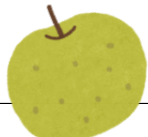
【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
 秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
 今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
 そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは
 宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
 風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてく

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		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		きのご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨		焼きそば 野菜スティック 豆腐スープ バナナ			
午後					麦茶、やさいかぞく		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) 白菜の煮びだし 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		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) もやしのナムル 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、やさいかぞく		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、 やさいかぞく		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	 スポーツの日		軟飯 さばのカレー風味焼き 切り干し大根の旨煮 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 すまし汁 柿		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	ピーンズライス 豆腐スープ 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 かぼちゃの豆乳みそスープ、りんご		軟飯 ぶりの照り焼き さんびらごぼう 大根となめこのみそ汁 グレープフルーツ		軟飯 鶏のから揚げ 切り干し大根のサラダ 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 りんご		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 ヤクルト		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 かぼちゃの甘煮 オレンジ		軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き 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		ロールパン かぼちゃグラタン コーンスープ フルーツポンチ			
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。

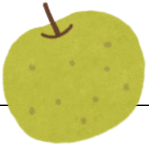
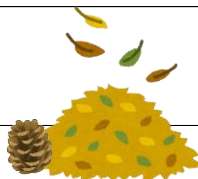
【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城
県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださ
いね！

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、 梨、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			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、ハイハイン、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 すまし汁、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 みそ汁（なめこ）、バナ ナ、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、りんご、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、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。

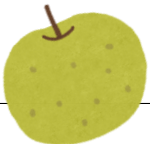
【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城
県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくだ
さいね！

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、梨、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、やさいかそく、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、バナナ、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、やさいかそく、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	 スポーツの日		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、そばろ煮、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、やさいかそく、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、鶏ささみとさつまいもの煮物、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、バナナ、ミルク		7倍粥、鶏ささみの納豆煮、おくらスープ、バナナ、ミルク		うどん、こまつなのあえ、りんご、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、やさいかそく、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！

2025年

An illustration of autumn-themed items. On the left is a brown pine cone. To its right is a large pile of yellow leaves, with several individual yellow, orange, and green leaves floating above it. The background is white with a faint grid pattern.

【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
秋は寒気の季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は爽やかに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なハンバーグです。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

🎃🎃🎃🎃🎃🎃 2025年

【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？
今日は寒くなってくるとおしい、里芋を味噌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！