



予定献立表 10月



日	曜日	3歳未満 朝のおやつ	メニュー	材 料	午後のおやつ	おやつ materials
1	木	牛乳 チーズ クラッカー	ゆかりご飯 お吸い物 豚肉の生姜焼き トマト 白和え 果物	米 ゆかり / 油揚げ 大根 葱 わかめ えのき ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 塩 醤油 豚肉 生姜 砂糖 醤油 油 / トマト 豆腐 ほうれん草 人参 白味噌 砂糖	ヨーグルト お茶 お菓子	ヨーグルト お菓子
2	金	牛乳 果物	パン かぼちゃシチュー 鶏肉のパン粉焼き コーンソテー マカロニサラダ ミニゼリー	ロールパン / 南瓜 ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 シチュールー 鶏肉 塩 マヨネーズ パン粉 / コーン 砂糖 塩 マカロニ ハム 人参 ほうれん草 マヨネーズ 塩 / ミニゼリー	牛乳 お野菜クッキー	野菜パウダー 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖
3	土	お茶 お菓子	チャーハン 中華風スープ 果物	米 鶏ミンチ ミックスベジタブル 玉ねぎ 油 塩コショウ しいたけ もやし 豆腐 わかめ 中華味 塩 果物	お茶 お菓子 ミニゼリー	お菓子 ミニゼリー
5	月	牛乳 お菓子	ふりかけご飯 お吸い物 豚肉の南部焼き 青菜のサッと煮 切干大根煮 果物	米 ふりかけ / 油揚げ 豆腐 葱 えのき わかめ ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 塩 醤油 豚肉 卵 砂糖 醤油 生姜 にんにく ごま / 小松菜 もやし ツナ ごま油 塩 切干大根 人参 油揚げ だし 砂糖 醤油 みりん / 果物	牛乳 おからボール	おから レーズン 卵 マーガリン 砂糖 ココア
ニコニコ給食の日			わかめご飯 お味噌汁 鮭の西京焼き のり塩こふき芋 もやしナムル 果物	米 わかめ / 油揚げ 豆腐 なす 玉ねぎ しめじ ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌 サーモン 白味噌 砂糖 みりん / じゃが芋 塩 青のり もやし ささみ 胡瓜 人参 すし酢 醤油 ごま油 / 果物	りんごジュース お菓子	りんごジュース お菓子
7	水	のむヨーグルト お菓子	パン たまごスープ 鶏肉のバーベキュー焼き プチトマト マカロニグラタン ミニゼリー	レーズンロール / 卵 しめじ レタス 人参 ベーコン コンソメ パセリ 鶏肉 塩 片栗粉 油 ケチャップ 中濃ソース 砂糖 / プチトマト マカロニ 合い挽きミンチ 玉ねぎ ケチャップ 砂糖 塩 / ミニゼリー	牛乳 お菓子	お菓子
8	木	牛乳 チーズ クラッカー	ミネラルふりかけご飯 お吸い物 げんこつ焼き 卵焼き 納豆和え 果物	米 ミネラルふりかけ / 豆腐 油揚げ 大根 えのき わかめ ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 塩 醤油 牛肉 玉ねぎ 塩 醤油 ごま油 卵 小麦粉 / 卵 砂糖 塩 油 ひきわり納豆 ほうれん草 人参 ハム 砂糖 醤油 / 果物	ヨーグルト お茶 お菓子	ヨーグルト お菓子
9	金	牛乳 果物	お弁当の日	ひまわり組はお泊り保育です 夕飯と10日の朝食は園で用意します 手作りのお弁当をおねがいします	牛乳 お菓子	お菓子
10	土	お茶 お菓子	米粉パスタ さっぱりサラダ 果物	米粉パスタ 鶏ミンチ 玉ねぎ 椎茸 塩 醤油 レタス 人参 ツナ コーン イタリアンドレッシング 果物	お茶 お菓子 ミニゼリー	お菓子 ミニゼリー
13	火	牛乳 お菓子	カレーライス ゆで卵 フレンチサラダ 果物	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ カレールー 油 卵 マヨネーズ サニーレタス 胡瓜 人参 ツナ イタリアンドレッシング	牛乳 お菓子	お菓子
14	水	のむヨーグルト お菓子	ごま塩ご飯 お味噌汁 ちくわの磯辺揚げ スクラブルエッグ 野菜ののり和え ミニゼリー	米 ごま塩 / 油揚げ 豆腐 なす 南瓜 えのき ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌 ちくわ 肉のり 小麦粉 卵 揚げ油 / 卵 砂糖 塩 油 キャベツ 人参 もやし コーン のり 砂糖 醤油 / ミニゼリー	オレンジゼリー お菓子 お茶	オレンジジュース 砂糖 ゼラチン お菓子
誕生会メニュー			たまごサンド ミネストローネ 鶏肉のから揚げ コーンソテー ポテトサラダ ミニゼリー	ロールパン 卵 マヨネーズ 塩 / 大根 人参 玉ねぎ ベーコン キャベツ コンソメ カットトマト 鶏肉 唐揚げ粉 揚げ油 / コーン 砂糖 塩 じゃが芋 人参 胡瓜 ハム マヨネーズ 塩 / ミニゼリー	グレープジュース パウンドケーキ	グレープジュース 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 牛乳
23	金	牛乳 お菓子	ごま塩ご飯 お味噌汁 さわらのあんかけ こふき芋 シルバーサラダ 果物	米 ごま塩 / 油揚げ 豆腐 なす キャベツ しめじ ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌 鯖 塩 片栗粉 揚げ油 人参 玉ねぎ だし 塩 醤油 / じゃが芋 塩 春雨 ハム 錦糸卵 人参 胡瓜 マヨネーズ 塩 / 果物	牛乳 バナナマフィン	ホットケーキミックス バナナ マーガリン 卵 砂糖 牛乳
26	月	牛乳 お菓子	青菜ご飯 お吸い物 豆腐の揚げ団子 ゆでブロッコリー ひじき煮 果物	米 青菜 / 油揚げ えのき 大根 わかめ 葱 ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 塩 醤油 豆腐 ミックスベジタブル 鶏ミンチ 卵 塩 パン粉 揚げ油 / ブロッコリー マヨネーズ ひじき 人参 油揚げ だし 砂糖 醤油 / 果物	ヨーグルト お菓子 お茶	ヨーグルト お菓子
29	木	牛乳 チーズ クラッカー	青菜ご飯 お吸い物 豆腐の揚げ団子 ゆでブロッコリー ひじき煮 果物	米 青菜 / 油揚げ えのき 大根 わかめ 葱 ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 塩 醤油 豆腐 ミックスベジタブル 鶏ミンチ 卵 塩 パン粉 揚げ油 / ブロッコリー マヨネーズ ひじき 人参 油揚げ だし 砂糖 醤油 / 果物	ヨーグルト お菓子 お茶	ヨーグルト お菓子
ハロウィンメニュー			レーズンロール コンソメスープ 手作りミートボール ポテト パンプキンサラダ ミニゼリー	レーズンロール / じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン コンソメ パセリ 豆腐 合い挽きミンチ 玉ねぎ 卵 塩 パン粉 ケチャップ / フレンチポテト 揚げ油 塩 南瓜 ツナ コーン マヨネーズ 塩 / ミニゼリー	牛乳 かぼちゃプリン	カボチャ 生クリーム 砂糖 牛乳
30	金	牛乳 果物				

10日はお弁当の日です。ご協力をお願いします。
30日はハロウィンメニューです。お楽しみに

令和8年度 認定こども園おとり

