

令和8年

10月の献立表(離乳・後期)

かもめ幼稚園

日にち	曜日		使用する主な食材	午前おやつ	午後おやつ
1	木	後期粥 鶏だいこん煮 みそ汁	米 とりひき肉 大根 人参 わかめ キャベツ 玉ねぎ	お茶 マンナビスケット	牛乳 さつまいもマッシュ
2	金	あんかけうどん みそ汁 みかん缶	うどん 豚ひき肉 大根 人参 じゃがいも 人参 みかん缶	お茶 お野菜せんべい	牛乳 わかめおにぎり
5	月	後期粥 ほうれん草煮 じゃが煮 ヨーグルト	米 豚ひき肉 玉ねぎ ほうれん草 じゃがいも 人参 コーン ヨーグルト	お茶 ハイハイ	牛乳 蒸しパン
6	火	後期粥 ツナ大根煮 みそ汁	米 ツナ 大根 人参 キャベツ 小松菜 玉ねぎ	お茶 ソフト小魚せんべい	牛乳 さつまいもマッシュ
7	水	あんかけうどん かぼちゃのそぼろ煮 コンソメスープ	うどん 玉ねぎ えのき ほうれん草 かぼちゃ 鶏ひき肉 大根 人参	お茶 マンナビスケット	牛乳 さけ粥
8	木	いわし焼き			
9	金	後期粥 鶏さつまいも煮 野菜スープ りんご	米 鶏ささみ肉 玉ねぎ 人参 さつまいも ブロッコリー 白菜 りんご	お茶 お野菜せんべい	牛乳 ヨーグルト
10	土	後期粥 かぼちゃ煮 みそ汁	米 豚ひき肉 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 白菜 わかめ	お茶 ハイハイ	牛乳 ソフト小魚せんべい
13	火	わかめうどん 野菜スープ りんご	うどん わかめ ほうれん草 鶏ひき肉 キャベツ 人参 りんご	お茶 マンナビスケット	牛乳 キャベツおやき
14	水	後期粥 鶏野菜煮 野菜スープ ヨーグルト	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ 人参 もやし ヨーグルト	お茶 お野菜せんべい	牛乳 おさつ蒸しパン
15	木	後期粥 肉じゃが みそ汁	米 豚ひき肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 大根	お茶 ソフト小魚せんべい	牛乳 お野菜バンケーキ
16	金	後期粥 豚白菜煮 豆腐スープ	米 豚ひき肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし 豆腐 わかめ	お茶 マンナビスケット	牛乳 蒸しパン
17	土	後期粥 鶏だいこん煮 みそ汁	米 鶏ささみ肉 大根 人参 ほうれん草 人参 おつゆふ	お茶 ハイハイ	牛乳 お野菜せんべい
19	月	後期粥 タラ煮 みそ汁	米 タラ 白菜 人参 大根 人参 キャベツ	お茶 ソフト小魚せんべい	牛乳 きなこ蒸しパン
20	火	後期粥 ツナ野菜煮 みそ汁	米 ツナ 大根 人参 えのき 玉ねぎ	お茶 マンナビスケット	牛乳 バンケーキ
21	水	後期粥 豚やさい煮 みそ汁	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 コーン 小松菜 キャベツ わかめ	お茶 お野菜せんべい	牛乳 ソフト小魚せんべい
22	木	あんかけうどん ツナじゃが ピーチヨーグルト	うどん 豚ひき肉 キャベツ 人参 ツナ じゃがいも 玉ねぎ 桃缶 ヨーグルト	お茶 ハイハイ	牛乳 とりがゆ
23	金	後期粥 豚白菜煮 みそ汁	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 白菜 小松菜 わかめ えのき	お茶 ソフト小魚せんべい	牛乳 さつまいもマッシュ
24	土	後期粥 とり野菜煮 みそ汁	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 白菜 小松菜 もやし えのき	お茶 お野菜せんべい	牛乳 ハイハイ
26	月	後期粥 タラ煮 みそ汁	米 タラ 人参 キャベツ 大根 豆腐 わかめ	お茶 ハイハイ	牛乳 食パン
27	火	後期粥 にくとうふ煮 みそ汁	米 豚ひき肉 白菜 豆腐 人参 わかめ えのき	お茶 ソフト小魚せんべい	お茶 お野菜せんべい
28	水	後期粥 タラ野菜あんかけ 野菜スープ パナナ	米 タラ じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー コーン キャベツ	お茶 マンナビスケット	牛乳 ヨーグルト
29	木	後期粥 とりじゃが みそ汁	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 おつゆふ	お茶 ハイハイ	牛乳 蒸しパン
30	金	あんかけうどん かぼちゃ煮 りんご	うどん 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 えのき かぼちゃ りんご	お茶 お野菜せんべい	牛乳 かぼちゃ蒸しパン
31	土	後期粥 鶏こまつな煮 みそ汁	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 小松菜 白菜 大根 人参	お茶 ソフト小魚せんべい	牛乳 ハイハイ

◎午前おやつはみみちゃん(普通食)、ひよこ組のおやつです
◎午後のおやつは全員のおやつです



	目標栄養価(幼児)	今月の栄養価
エネルギー	574kcal	570kcal
たんぱく質	22.2g	22.1g
脂質	16.9g	16.8g
食塩相当量	1.5g	1.6g

この献立は食材の都合により変更になる場合があります
シダックスフードサービス(株)