

10月の献立表

令和8年

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	ご飯 鶏だいこん わかめサラダ みそ汁	米 鶏肉 大根 人参 わかめ かまぼこ キャベツ かぼちゃ 玉ねぎ	お茶 マンナビスケット	牛乳 大学いも 
2	金	豚汁うどん じゃがいも 金平 みかん缶	うどん 豚肉 油揚げ 大根 ごぼう 人参 じゃがいも 人参 いんげん みかん缶	お茶 アンパンマンせんべい	牛乳 菜飯おにぎり
5	月	ほうれん草チャーハン ジャーマンポテト 春雨スープ ピーチヨーグルト	米 豚ひき肉 玉ねぎ ほうれん草 ポテト ウィンナー 玉ねぎ 春雨 人参 コーン 桃缶 ヨーグルト	お茶 きらきらコーンのお星さま	牛乳 肉まん
6	火	ご飯 筑前煮 ツナとキャベツの和え物 みそ汁	米 鶏肉 大根 ごぼう 人参 ツナ キャベツ きゅうり 人参 小松菜 玉ねぎ	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 かりかりおさつスティック
7	水	きのこの和風パスタ かぼちゃのそぼろ煮 コンソメスープ	スパゲティ ベーコン 玉ねぎ しめじ えのき ほうれん草 かぼちゃ 鶏ひき肉 大根 人参	お茶 バリバリパンブキン	牛乳 さけコーンおにぎり
8	木	いわし焼き *各自おにぎり持参	いわし 各自おにぎり持参	お茶 アンパンマンせんべい	牛乳 クッキー
9	金	SDGs皮つきコロコロ秋野菜カレー ブロッコリーサラダ りんご	米 押し麦 鶏肉 玉ねぎ 人参 さつまいも なす ブロッコリー 白菜 トマト りんご	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 パンナコッタ
10	土	ご飯 豚のしぐれ煮 のり塩かぼちゃ みそ汁	米 豚肉 ごぼう 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 白菜 わかめ	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 バームクーヘン
13	火	わかめうどん 葉っぱおかかおにぎり みかんヨーグルト	うどん わかめ ねぎ かまぼこ ほうれん草 米 小松菜 かつおぶし みかん缶 ヨーグルト	お茶 ビスコ	牛乳 お好み焼き
14	水	オムライス ポイルウィンナー 野菜サラダ コンソメスープ お誕生会プリン	米 鶏挽肉 玉ねぎ 人参 卵 ウィンナー ブロッコリー キャベツ 人参 もやし 小松菜 コーン プリン	お茶 ほしたべよ	牛乳 おさつ蒸しパン
15	木	ご飯 肉じゃが 小松菜のおかか和え みそ汁	米 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 ちくわ 大根 油揚げ	お茶 アスバラガスビスケット	牛乳 お野菜パンケーキ
16	金	中華丼 春雨サラダ 中華スープ	米 豚肉 かまぼこ 白菜 玉ねぎ 人参 春雨 もやし チンゲン菜 豆腐 青ネギ わかめ	お茶 マンナビスケット	牛乳 コーンフleurクランチ 未満児 ジャムサンド
17	土	ご飯 照り焼きチキン 切干大根のサラダ みそ汁	米 鶏肉 大根 人参 切干大根 ほうれん草 人参 おつゆふ ぶなしめじ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 ばかうけ
19	月	ご飯 サバの味噌煮 ひじきのサラダ せんべい汁	米 サバ ひじき 白菜 きゅうり 人参 おつゆせんべい 鶏肉 大根 人参 ごぼう	お茶 きらきらコーンのお星さま	牛乳 きなこ蒸しパン
20	火	鶏のごま炒め丼 ツナ大根サラダ みそ汁	米 鶏肉 大根 人参 ごぼう 大根 ツナ きゅうり 人参 えのき 玉ねぎ	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 フルーツサンド
21	水	ご飯 豚肉とれんこんの塩炒め 小松菜サラダ 味噌汁	米 豚肉 れんこん 玉ねぎ 人参 小松菜 キャベツ コーン わかめ 長ネギ	お茶 バリバリパンブキン	牛乳 スモア
22	木	長崎ちゃんぽん麺 ツナじゃが ピーチヨーグルト	中華麺 かまぼこ 豚肉 キャベツ 人参 ニラ ツナ じゃがいも 玉ねぎ グリンピース 桃缶 ヨーグルト	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 ひじきおにぎり
23	金	焼き肉丼 白菜のさっぱり和え みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 白菜 小松菜 かまぼこ わかめ おつゆふ	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 ふかしさつまいも
24	土	ご飯 鶏のスタミナ丼 小松菜のおかか和え みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ ニラ 小松菜 もやし 人参 白菜 えのき	お茶 ビスコ	牛乳 ホームパイ
26	月	ご飯 白身魚の揚げ浸し キャベツのごまサラダ みそ汁	米 銀ひらす キャベツ きゅうり 人参 豆腐 わかめ	お茶 ほしたべよ	牛乳 シュガーバターサンド
27	火	ご飯 肉豆腐 わかめの塩昆布和え こんさいのみそ汁	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 わかめ 白菜 人参 ごぼう えのき	お茶 アスバラガスビスケット	牛乳 豆腐ドーナツ
28	水	【幼児会食会】さつまいもご飯 ミニデザート コーンパン 焼きそば ミニハンバーグ たこさんウィンナー マカロニサラダ コンソメスープ ケーキ など 【乳児】さつまいもご飯 焼きそば ハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ ケーキ など		お茶 マンナビスケット	牛乳 米粉カップケーキ
29	木	ご飯 厚焼きたまご 切干大根の煮物 みそ汁	米 厚焼きたまご 切干大根 人参 ほうれん草 玉ねぎ ニラ	お茶 アンパンマンせんべい	牛乳 ごまあんまん
30	金	カレーうどん モンスターおむすび 挽肉とかぼちゃ炒め りんご	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ かまぼこ 米 きざみのり チーズ かぼちゃ 豚ひき肉 りんご 	お茶 きらきらコーンのお星さま	牛乳 スパイダー蒸しパン
31	土	そぼろ丼 油揚げと白菜のさつと煮 みそ汁	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 白菜 油揚げ 小松菜 大根 人参	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 ムーンライト

◎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

●9日は彩りメニュー「SDGs皮つきコロコロ秋野菜カレー」です。

●14日は、お誕生会です。

●28日は70周年お祝いお食事会でバイキング給食です。

●30日はハロウィンメニューです。

まっくろくろすけがおむすびになって登場！



	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)