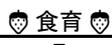


献立予定表 10月上旬

今月の目標:いろいろな食材に興味を持って食べましょう。

2025年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
1 水	ごはん 鮭缶	生揚げ中華炒め チンゲン菜ツナサラダ ポークビッツ、バナナ すまし汁(もずく、万能葱)	ごま油 マヨネーズ	生揚げ、豚ひき肉 ポークビッツ ツナ缶	人参、玉葱、ピーマン チンゲン菜、キャベツ もずく、万能葱 バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 クラッカー
2 木	ごはん いんげん 煮物	コーンシチュー マカロニサラダ チキンナゲット パイン缶、麦茶	じゃが芋 マカロニ、マヨネーズ	ベーコン、脱脂粉乳 チキンナゲット 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 グリーンピース レタス、きゅうり パイン缶	麦茶 クッキー	牛乳 ウエハース
3 金	ごはん 醤油昆布	さめの煮つけ なすとピーマン味噌炒め かぼちゃ甘煮、りんご すまし汁(もやし、油揚げ)	油、砂糖、バター	さめ、豚ひき肉 油揚げ	なす、ピーマン 玉葱、人参、もやし かぼちゃ、りんご 生姜	麦茶 ビスケット	牛乳 揚げ菓子
4 土	ごはん チーズ	肉団子、のり佃煮 ところてんサラダ 大根の煮物、みかん缶 スープ(人参、玉葱)	ごま油	豚ひき肉 魚肉ソーセージ	ところてん、きゅうり レタス、人参、大根 玉葱、みかん缶 のり佃煮	麦茶 クラッカー	ヨーグルト せんべい
5 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
6 月 	ごはん チンゲン菜 おかか和え	イタリアンオムレツ オクラツナスパサラダ 柿、鮭フレーク スープ(玉葱、白菜)	サラスパ 和風ドレッシング	卵、ツナ缶 鮭フレーク ピザ用チーズ	トマト、パセリ粉 オクラ、しめじ、玉葱 白菜、柿	麦茶 ウエハース	麦茶 ビスケット
7 火	ごはん 大根煮物	なすと豚ひき肉のカレー ブロッコリーサラダ カニシュウマイ 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ	豚ひき肉、脱脂粉乳 カニシュウマイ	なす、人参、玉葱 グリーンピース ブロッコリー、コーン缶 黄桃缶	麦茶 せんべい	牛乳 苺クリーム サンド
8 水	ごはん コーン 煮物	さばの味噌煮 もやしニラ納豆和え さつま芋ミルク煮、オレンジ スープ(人参、キャベツ)	さつま芋、砂糖	さば、牛乳 ひきわり納豆	もやし、ニラ 人参、キャベツ 生姜、オレンジ	麦茶 クッキー	牛乳 かりんとう
9 木	ごはん ところてん	ハンバーグ もやしの酢の物、枝豆 パイン缶、ふりかけ 味噌汁(ふのり、万能葱)	ごま油	豚ひき肉	万能葱、ふのり きゅうり、もやし、人参 枝豆、ふりかけ パイン缶	麦茶 ビスケット	ヤクルト ウエハース
10 金	ごはん チーズ	豚肉の生姜焼き きゅうりのごま和え かまぼこ、みかん缶 味噌汁(わかめ、えのき茸)	油	豚肩ロース ごま、かまぼこ	玉葱、きゅうり もやし、わかめ えのき茸、みかん缶	麦茶 クラッカー	ゼリー せんべい
11 土	お遊戯会(ひよこ組・こりす組) * 普通保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
12 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
13 月	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
14 火	ごはん 小松菜 おかか和え	納豆卵焼き コロコロサラダ バナナ、鶏そぼろ 味噌汁(豆腐、油揚げ)	マヨネーズ 砂糖	卵、かまぼこ ひきわり納豆 豆腐、鶏ひき肉 油揚げ	きゅうり、コーン缶 人参、万能葱 バナナ	麦茶 ウエハース	牛乳 クラッカー
15 水 ★お誕生会★	鶏ごぼうごはん お月見肉団子 ほうれん草ごまサラダ 梨、スープ(わかめ、もやし)	油 ごまドレッシング	鶏ひき肉 うずら卵水煮缶 油揚げ	ごぼう、しいたけ 人参、もやし、コーン缶 キャベツ、ほうれん草 わかめ、梨	麦茶 せんべい	お月見 ゼリー プチシュー クリーム	
16 木	ごはん ほうれん草 カニ和え	ハヤシライス キャベツ和風サラダ ウインナー 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 和風ドレッシング	豚肩ロース、脱脂粉乳 ウインナー	人参、玉葱 グリーンピース キャベツ、きゅうり コーン缶、黄桃缶	麦茶 クッキー	牛乳 かりんとう
17 金	おにぎり 	けんちん汁 シルバーサラダ 春巻き 柿	春雨、マヨネーズ 春巻きの皮 油	若鶏もも皮なし 焼き豆腐 魚肉ソーセージ	大根、人参、長葱 しめじ、きゅうり レタス、柿	麦茶 ビスケット	麦茶 揚げ菓子

献立予定表 10月下旬

今月の目標:いろいろな食材に興味を持って食べましょう。

2025年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
18 土	ごはん かまぼこ	肉じゃが きゅうりサラダ うずら卵煮物、パイン缶 味噌汁(豆腐、油揚げ)	じゃが芋、油 フレンチドレッシング 糸こんにゃく	若鶏もも皮なし うずら卵水煮缶 豆腐、油揚げ	人参、玉葱 きゅうり、レタス コーン缶 グリーンピース、パイン缶	麦茶 クラッカー	ヨーグルト せんべい
19 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
20 月	ごはん さつま芋 煮物	鶏肉の照焼き ほうれん草ごま和え 枝豆、オレンジ すまし汁(ふのり、万能葱)	油、砂糖	若鶏もも皮なし ごま	玉葱、しめじ ほうれん草、人参 もやし、ふのり、枝豆 万能葱、オレンジ	麦茶 ウエハース	麦茶 ビスケット
21 火	ごはん はんぺん 煮物	豚汁 もやしのナムル アンパンマンポテト りんご、めかぶ納豆	ごま油 アンパンマンポテト	豚バラ肉、焼き豆腐 ごま、ひきわり納豆	白菜、人参、しめじ 玉葱、きゅうり もやし、めかぶ 長葱、りんご	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう
22 水	ごはん 白菜 のり和え	ポークカレー 春雨野菜サラダ ポークビッツ、 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 春雨、ごま油	豚肩ロース 脱脂粉乳 ポークビッツ 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 レタス、きゅうり グリーンピース 黄桃缶	麦茶 クッキー	プリン アラモード
23 木	ごはん 切干大根 煮物	カレイのみりん焼き チンゲン菜サラダ 焼き豚、柿 味噌汁(玉葱・卵)	マヨネーズ 油	カレイ、卵 魚肉ソーセージ 焼き豚	チンゲン菜、玉葱 キャベツ、コーン缶 柿	麦茶 ビスケット	麦茶 せんべい
24 金	ごはん いんげん 煮物	ハムの磯辺揚げ ひじきの煮物 チーズ、みかん缶 味噌汁(大根、なめこ)	小麦粉 油 糸こんにゃく	ハム チーズ 油揚げ	ひじき、しいたけ 人参、大根 なめこ、青のり みかん缶	麦茶 クラッカー	牛乳 クッキー
25 土	ごはん 醤油昆布	麻婆春雨 小松菜サラダ 肉シュウマイ、パイン缶 味噌汁(玉葱、人参)	春雨、ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉 肉シュウマイ 豆腐	人参、しいたけ、玉葱 小松菜、キャベツ コーン缶、パイン缶	麦茶 ウエハース	豆乳 パウム クーヘン
26 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
27 月	ごはん ほうれん草 のり和え	鮭じゃが汁 切干し大根煮物 ミニフランク バナナ	じゃが芋	鮭 ミニフランク 油揚げ、焼き豆腐	玉葱、人参 しめじ、万能葱 切干し大根、しいたけ バナナ	麦茶 せんべい	牛乳 クラッカー
28 火	ごはん 枝豆	親子煮 サラダうどん チキンナゲット 黄桃缶、麦茶	茹でうどん 和風ドレッシング	若鶏もも皮なし 卵、焼き豆腐 魚肉ソーセージ チキンナゲット	白菜、人参、玉葱 レタス、きゅうり 長葱、しめじ 黄桃缶	麦茶 クッキー	ももジュース 揚げ菓子
29 水	ごはん さんま缶	鶏肉のカレー唐揚げ もやしカニ和え 大根煮物、りんご 味噌汁(じゃが芋、わかめ)	油、砂糖 片栗粉 じゃが芋	若鶏もも皮なし カニふぶき	玉葱、もやし きゅうり、人参 りんご、大根 わかめ	麦茶 ビスケット	麦茶 ウエハース
30 木	ごはん チンゲン菜 お浸し	麻婆豆腐 ハムチーズサラダ 鶏肉団子ケチャップ煮 パイン缶、麦茶	ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉、豆腐 ハム、チーズ 鶏肉団子	人参、ピーマン しいたけ、長葱 キャベツ パイン缶	麦茶 クラッカー	牛乳 かりんとう
31 金	ごはん 生揚げ 煮物	クリームコロッケ 切り昆布煮物、レタスサラダ ハロウィンゼリー 味噌汁(大根、なめこ)	パン粉 小麦粉、油 マヨネーズ	牛乳	切り昆布、もやし 人参、きゅうり、コーン缶 レタス、大根、なめこ ハロウィンゼリー	麦茶 ウエハース	牛乳 かぼちゃ ドーナツ

<給食室から>

- ♡6日は食育の日として「秋の味覚」についてのお話をします。
- * 15日のお誕生会は園児全員に「鶏ごぼうごはん」を提供いたしますので
ごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)
- * 17日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児)
- * 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

