

2025年10月

## 献 立 表

金町保育園(幼児食)

日 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)			9時おやつ 3時おやつ	栄 養 価
		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		
01 水	塩うどん しらすと青のりのたまご焼き 果物(バナナ)	ゆでうどん、米、油、砂糖、ごま油	牛乳、卵、豚肉(肩ロース)小間小間、油揚げ、しらす干し	バナナ、はぐさい、ほうれんそう、にんじん、ねぎ、あおのり、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、鳥がらだし、みりん、食塩	午前牛乳 ミレービスケット 牛乳 おいなりさん風おにぎり
02 木 27 月	ご飯 果物(りんご) チンジャオロース トマトのサラダ ワンタンスープ	米、さつまいも、砂糖、ワンタンの皮、なたね油、油、片栗粉、水あめ	牛乳、豚肉(肩ロース)小間小間、黒ごま	りんご、トマト、ビーマン、チングダンサイ、赤ビーマン、にんじん、たけのこ(ゆで)、ホールコーン缶、たまね	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、穀物酢、鳥がらだし、みりん、バセリ粉、食塩	午前牛乳 ぱりぱりパンブキン 牛乳 大学芋
03 17 金	ポークカレー 菜果サラダ 味噌汁(大根・わかめ)	米、じゃがいも、小麦粉、なたね油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)小間小間、米みそ(淡色辛みそ)、バター	ぶどう濃縮果汁、たまねぎ、にんじん、みかん缶、だいこん、キャベツ、きゅうり、生わかめ、りんごジャム、トマトピューレ、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、穀物酢、チャップ、ウスターソース、食塩、しゅうゆ、鳥がらだし、カレー粉	午前牛乳 ソフトな小魚せん 牛乳 ぶどうゼリー
04 土	みそうどん プロッコリーとハムの炒め物 ヨーグルト	ゆでうどん、米、油、ごま油、砂糖	牛乳、ヨーグルト(加糖)、豚肉(肩ロース)小間小間、油揚げ、ハム(卵・乳不使用)、米みそ(淡色辛みそ)、	プロッコリー、はぐさい、こまつな、にんじん、ねぎ、しょうが	かつおだし汁、みりん、しゅうゆ、コンソメ	午前牛乳 さくふわせんべい(紫いも) 牛乳 そぼろおにぎり
06 月	きのこご飯 さばの塩焼き ひじきの煮物 味噌汁(冬瓜・ねぎ)	米、さつまいも、砂糖	牛乳、さばの油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉、かつお節	かき、にんじん、とうがん、いんげん、万能ねぎ、しめじ、しいたけ、えのきたけ、ひじき、こんぶ(だし用)	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、みりん、食塩	午前牛乳 こめせんべい 牛乳 お月見おはぎ
07 21 火	ロールパン グレープフルーツ チキンのトマトグラタン スティック野菜 プロッコリースープ	ロールパン、片栗粉、小麦粉、油、オリゴ糖、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、若鶏肉もも(皮なし)、木綿豆腐、ベーコン(卵・乳不使用)、ピザ用チーズ、バター	グレープフルーツ、にんじん、たまねぎ、プロッコリー、きゅうり、ほうれんそう、カットトマト缶詰、ホールコーン缶、レモン果汁	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しゅうゆ、コンソメ、中濃ソース、ウスターソース、鳥がらだし	午前牛乳 ソースせん 牛乳 チキンナゲット
08 22 水	ちゃんぽん麺 かぶと厚揚げの煮物 果物(バナナ)	ゆで中華めん、米、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)小間小間、厚揚げ、さけ、かつお節	バナナ、にんじん、キャベツ、かぶ、もやし、にら、ねぎ、たけのこ(ゆで)、ホールコーン缶、かぶ、葉、黒くらげ、こんぶ(だし用)	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、鳥がらだし、みりん、オイスターソース	午前牛乳 さくふわせんべい(紫いも) 牛乳 鮭おにぎり
09 23 木	ご飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草の納豆あえ 味噌汁(れんこん・玉ねぎ)	米、小麦粉、砂糖、片栗粉	牛乳、若鶏肉もも(皮なし)、挽きわら納豆、卵、バター、米みそ(淡色辛みそ)、かつお粉	なし、ほうれんそう、れんこん、バナナ、たまねぎ、にんじん、万能ねぎ、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、みりん	午前牛乳 ぱりぱりパンブキン 牛乳 バナナケーキ
10 24 金	マーポー茄子丼 三色ナムル 春雨スープ ヨーグルト	米、焼ぶ、砂糖、油、はるさめ、ごま油	牛乳、ヨーグルト(加糖)、木綿豆腐、豚ひき肉、バター	もやし、ほうれんそう、にんじん、なす、キャベツ、ねぎ、万能ねぎ、しょうが、にんにく	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しゅうゆ、鳥がらだし	午前牛乳 ソフトな小魚せん 牛乳 お麩のラスク
11 25 土	チャーシューメン カレーポテト ヨーグルト	ゆで中華めん、じゃがいも、米、ごま油、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト(加糖)、焼き豚、ハム(卵・乳不使用)	キャベツ、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、ねぎ、万能ねぎ、ホールコーン缶、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、みりん、鳥がらだし、カレー粉、食塩	午前牛乳 さくふわせんべい(紫いも) 牛乳 小ねぎおにぎり
14 28 火	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き プロッコリーのごまあえ すまし汁(小松菜・豆腐)	食パン、米、エッグケアマヨネーズ、砂糖	牛乳、さけ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、バター、すりごま	プロッコリー、オレンジ、こまつな、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ホールコーン缶、あおのり	かつお・昆布だし汁、ウスターソース、しゅうゆ、みりん、食塩	午前牛乳 ソースせん 牛乳 ソーストースト
15 29 水	きのこうどん じゃが芋のチーズ焼き 果物(バナナ)	ゆでうどん、じゃがいも、米、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)小間小間、油揚げ、ツナ油漬缶、チーズ	バナナ、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、なめこ、たまねぎ、しめじ、しいたけ、えのきたけ、パセリ	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、ケチャップ、みりん、食塩	午前牛乳 さくふわせんべい(紫いも) 牛乳 ゆかりツナおにぎり
16 木	ご飯 豚肉のバーベキューソース おかひじきのおかかあえ 味噌汁(かぶ)	米、じゃがいも、小麦粉、パン粉、油、片栗粉	牛乳、豚肉(肩ロース)小間小間、米みそ(淡色辛みそ)、豚ひき肉、かつお粉	パイナップル、キャベツ、こまつな、おかひじき、にんじん、こまつな、おかひじき、たまねぎ、りんごジャム、かぶ、りんごジャム、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、中濃ソース、ウスターソース、食塩	午前牛乳 ぱりぱりパンブキン 牛乳 ポテトむらのコロッケ
20 月	ご飯 さばの塩焼き ひじきの煮物 味噌汁(冬瓜・ねぎ)	米、米粉ホットケーキミックス、砂糖	牛乳、さばの油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	かき、とうがん、にんじん、いんげん、万能ねぎ、ひじき	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、食塩	午前牛乳 こめせんべい 牛乳 米粉のココア蒸しパン
30 木	ご飯 豚肉のバーベキューソース おかひじきのおかかあえ 味噌汁(小松菜・えのき)	米、マカロニ、片栗粉、油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)小間小間、米みそ(淡色辛みそ)、ベーコン(卵・乳不使用)、かつお粉	パイナップル、キャベツ、カットトマト缶詰、にんじん、こまつな、おかひじき、たまねぎ、えのきたけ、かぶ、りんごジャム、かぶ、りんごジャム、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、しゅうゆ、コンソメ、ウスターソース	午前牛乳 ぱりぱりパンブキン 牛乳 マカロニミネストローネ
31 金	ご飯 えび入り酢鶏 かぼちゃサラダ わかめスープ	米、米粉ホットケーキミックス、油、片栗粉、ごま油、砂糖	牛乳、若鶏肉もも(皮なし)、えび、こしらん(生)、ヨーグルト(無糖)	みかん、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、生わかめ、ビーマン、きゅうり、赤ビーマン、黄ビーマン、しょうが	かつお・昆布だし汁、中華スープ、ケチャップ、しゅうゆ、穀物酢、みりん、鳥がらだし	午前牛乳 ソフトな小魚せん 牛乳 パンブキンあんドーナツ

※都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

6日お月見おやつ・16日絵本給食「ポテトむらのコロッケまつり」からコロッケを提供します・31日ハロウィンメニュー

