令和8年10月

予定献立表



公立こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）
1	木	はいがごはん,白身魚のコーンクリーム焼き,コロコロソテー（卵・豚）,大根のみそ汁	芋天ぷら（卵）	ホキ,ミックスチーズ,ウインナーソーセージ,はんぺん	胚芽米,薄力粉,油,じゃがいも,さつまいも天ぷら	玉ねぎ,パセリ,しめじ,人参,ブロッコリー,大根,ネギ
2	金	スパゲティミートソース,温野菜サラダ（卵・豚）,コーンとニラのスープ（卵）,オレンジ	ウインナーパン（卵・豚）,牛乳	牛ひき肉,鶏ひき肉,ロースハム,卵,かつお節,ウインナーソーセージ,牛乳	スパゲッティ,オリーブオイル,砂糖,マヨネーズ,グラニュー糖,ロールパン	玉ねぎ,青ピーマン,人参,トマトピューレー,ブロッコリー,スイートコーン,にら,オレンジ
3	土	鮭じゃこごはん,豆腐チャンプルー,じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	はと麦おこし,バナナ	鮭,しらす,島豆腐,ツナ,かつお節	米,油,じゃがいも,米菓	ネギ,キャベツ,人参,もやし,玉ねぎ,バナナ
4	日					
5	月	納豆ごはん,チムシンジ（豚）,ひじきの炒め（豚）,,型抜きチーズ	シリアル,牛乳	挽きわり納豆,豚レバー,豚ロース,油揚げ,型抜きチーズ,牛乳	米,じゃがいも,切りこんにゃく,オリーブオイル,砂糖,シリアル	刻みのり,ネギ,玉ねぎ,人参,ひじき,インゲン
6	火	はいがごはん,ポークソテー（豚）,きゃべつの炒め,ちくわとわかめのすまし汁	ホットケーキ（卵）	豚ロース,ツナ	胚芽米,薄力粉,油,ホットケーキ	キャベツ,人参,青ピーマン,カットわかめ
7	水	はいがごはん,魚の西京焼き,人参シリシリー,えのきとしめじのみそ汁	ジャーマンポテトパン（卵・豚）,牛乳	赤魚,ツナ,牛乳	胚芽米,三温糖,オリーブオイル,ロールパン	人参,青ピーマン,えのきたけ,しめじ
8	木	はいがごはん,肉だんご（卵・豚）,春雨ナムル（卵・豚）,アーサと豆腐のすまし汁	スティックタルト（ブルーベリー）,ベビーチーズ	あいびき肉,卵,ロースハム,絹ごし豆腐,給食用ベビーチーズ10	胚芽米,油,パン粉,三温糖,片栗粉,はるさめ,ごま油	玉ねぎ,太もやし,人参,もずく,きゅうり,あおさ
9	金	はいがごはん,鮭ムニエル,コールスローサラダ（卵）,南瓜のポタージュ	チョコパン（卵）,牛乳	鮭,牛乳,卵	胚芽米,薄力粉,有塩バター,油,マヨネーズ,砂糖,フローマチョコ	キャベツ,きゅうり,人参,スイートコーン,玉ねぎ
10	土	鶏の照り焼き丼,オクラのおかか和え,豆腐とわかめのみそ汁	雪の宿,バナナ	鶏もも肉,絹ごし豆腐	ごはん,油,片栗粉,雪の宿（サラダ）	みずな,刻みのり,オクラ,きゅうり,トマト,カットわかめ,バナナ
11	日					
12	月	スポーツの日				
13	火	三色そぼろ丼（卵）,きゅうりとトマトの酢物,しめじと麸のみそ汁,青切みかん	サーターアンダギー（卵）,牛乳	錦糸卵,牛ひき肉,鶏ひき肉,牛乳	米,砂糖,ごま油,三温糖,うすまき麸,サーターアンダギー冷凍,油	ほうれんそう,きゅうり,トマト
14	水	はいがごはん,鮭のタンドリー風,ピーマンの細切り炒め,もずくそうめん汁	みかんゼリー,ビスコ	鮭,ヨーグルト,クリーム　植物性脂肪	胚芽米,オリーブオイル,じゃがいも,片栗粉,砂糖,手延べそうめん,みかんゼリー,ビスケット	青ピーマン,赤ピーマン,黄ピーマン,もずく,ネギ
15	木	お弁当会	野菜スティック,味付けいりこ,気になる野菜（白ぶどう&ほうれん草）	味付けいりこ	クラッカー	気になる野菜
16	金	沖縄そば（豚・卵）,白和えサラダ,ヨーグルト	しらすと青菜のおにぎり	三枚肉,蒸しかまぼこ,豚出汁骨,島豆腐,ツナ,ヨーグルト,ちりめんじゃこ	沖縄そば麺,砂糖,米	ネギ,ほうれんそう,人参,きゅうり,小松菜
17	土	魚そぼろごはん,肉じゃが（豚）,とろろ昆布汁	クラッカー,バナナ	サバ,豚ロース	米,ごま油,砂糖,じゃがいも,糸こんにゃく,オリーブオイル,花麸,クラッカー	人参,ごぼう,玉ねぎ,インゲン,削り昆布,バナナ
18	日					
19	月	はいがごはん,マーボー豆腐（豚）,キャベツとセロリのサラダ,わかめのスープ	フルーツポンチ	島豆腐,豚ひき肉,ツナ,かつお節	胚芽米,ごま油,砂糖,片栗粉	玉ねぎ,人参,にら,キャベツ,セロリ,カットわかめ,えのきたけ,ネギ,バナナ,パイン缶,みかん缶,もも缶（黄桃）
20	火	はいがごはん,白身魚の照り焼き,五目大豆煮,キャベツと人参のみそ汁,オレンジ	さつま芋と栗のタルト	ホキ,水煮大豆,鶏もも肉,油揚げ	胚芽米,砂糖	ごぼう,干し椎茸,人参,キャベツ,オレンジ
21	水	はいがごはん,松風焼き,ブロッコリーサラダ,豆腐とコーンスープ	バナナケーキ（卵）,牛乳	鶏ひき肉,島豆腐,絹ごし豆腐,かつお節,卵,牛乳	胚芽米,砂糖,白ごま,片栗粉,ソフトタイプマーガリン,薄力粉	玉ねぎ,ネギ,ブロッコリー,カリフラワー　,ヤングコーン缶詰,スイートコーン,バナナピューレ
22	木	はいがごはん,白身魚の磯辺揚げ,からし菜炒め,なめこと豆腐のみそ汁	ちんすこう（豚）,プルーン,ココア豆乳	ホキ,ツナ,絹ごし豆腐,ココア豆乳	胚芽米,片栗粉,油,ちんすこう	あおのり,からし菜,キャベツ,人参,もやし,なめこ,カットわかめ,プルーン
23	金	はいがごはん,鶏の塩こうじ焼き,グリーンサラダ,はんぺんの清まし汁（卵）,お魚ふりかけ	あげパン（きなこ）（卵）,牛乳	鶏もも肉,ツナ,はんぺん,高カルシウムお魚ふりかけ,きな粉,牛乳	胚芽米,米こうじ,オリーブオイル,コッペパン,油,砂糖	キャベツ,ブロッコリー,きゅうり,ネギ
24	土	豚生姜焼き丼（豚）,しめじと玉ねぎのみそ汁,きゅうりとしらすの酢物	アンパンマンせんべい,バナナ	豚ロース,かつお節,しらす干し	米,油,片栗粉,三温糖,アンパンマンせんべい	玉ねぎ,しめじ,きゅうり,トマト,バナナ
25	日					
26	月	タコライス,ハッシュポテト,ビーンズスープ	黒糖ケーキ（卵）	牛ひき肉,鶏ひき肉,ミックスチーズ,ミックスビーンズ,卵	米,オリーブオイル,ハッシュドポテト,油,［小麦粉］プレミックス粉　ホットケーキ用,黒砂糖	キャベツ,トマト,玉ねぎ,人参
27	火	はいがごはん,トンカツ（卵・豚）,付け合わせ,マッシュポテト,アーサ汁,ジョア　マスカット	やきいも,豆乳	卵,牛乳,絹ごし豆腐,ジョア80ｍｌマスカット,調製豆乳	胚芽米,パン粉,油,じゃがいも,さつまいも	ブロッコリー,きゅうり,トマト,あおさ
28	水	はいがごはん,ハニーチキン,ごまじゃこサラダ,オニオンスープ（卵・豚）	ブルーベリーパン（卵）,牛乳	鶏もも肉,しらす,ベーコン,牛乳	胚芽米,ごま油,三温糖,つなぎパン	キャベツ,人参,きゅうり,玉ねぎ,セロリ,ブルーベリー　ジャム
29	木	はいがごはん,鮭のちゃんちゃん焼き,春雨サラダ,えのきと青梗菜のみそ汁	アメリカンドッグ（卵・豚）	鮭,ツナ,アメリカンドック	胚芽米,オリーブオイル,砂糖,はるさめ,ごま油,油	キャベツ,人参,しめじ,きゅうり,えのきたけ,チンゲンサイ
30	金	カレーライス,キャベツサラダ,コンソメスープ,ハロウィンデザート	パンプキンケーキ（卵）,牛乳	鶏もも肉,卵,牛乳	米,じゃがいも,油,三温糖,オリーブオイル,ソフトタイプマーガリン,砂糖,薄力粉、ハロウィンデザート	人参,玉ねぎ,りんご缶詰,キャベツ,きゅうり,セロリ,スイートコーン,かぼちゃペースト
31	土	もずく丼（豚）,オクラとトマトのじゃこサラダ,ゆし豆腐	ミニたい焼き,豆乳	豚ひき肉,ちりめんじゃこ,ゆし豆腐,調製豆乳	米,砂糖,三温糖,ごま油,ミニたい焼き	もずく,人参,玉ねぎ,干し椎茸,スイートコーン,オクラ,きゅうり,トマト,小松菜

※都合により献立の変更があります。ご了承ください。