



2026年 10月 給食献立表



ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
1	木	牛乳 果物	ごはん・ 鶏肉とポテトのレモン和え・レタス・ キャベツとコーンのスープ	鶏肉・じゃがいも・レモン/レタス・マヨネーズ/ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・ 人参・コーン缶詰・ねぎ	牛乳・お菓子
2	金	牛乳 菓子	パン・パンプキンシチュー・ 野菜サラダ	コッペパン/鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・コーン缶詰・クリームコーン缶・ 牛乳・ポタージュの素/ツナ・レタス・きゅうり・トマト/ジョア/ マカロニ・きな粉	ジョア・ マカロニあべ川
3	土	お茶 菓子	スパゲティミートソース・ コンソメスープ・ミニゼリー	スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ケチャップ・ソース/玉ねぎ・ 人参・じゃがいも・パセリ/ミニゼリー	お茶・お菓子
5	月	牛乳 菓子	ごはん・炒り豆腐・ 玉ねぎのみそ汁	豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・干し椎茸・ねぎ/玉ねぎ・人参・もやし・ しめじ・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
6	火	牛乳 果物	焼きそば風スパゲティ・ ツナサラダ・バナナ	スパゲティ・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・ソース/ツナ・レタス・ きゅうり・トマト/バナナ/炊き込みわかめ	わかめおにぎり
7	水	牛乳 菓子	ごはん・豚肉のしょうが焼き・ 小松菜のすまし汁	豚肉・しょうが・玉ねぎ・キャベツ/小松菜・人参・しめじ・豆腐・油揚げ	牛乳・お菓子
8	木	牛乳 果物	エビピラフ・フレンチサラダ・ 豆乳コーンスープ	えび・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター/ハム・レタス・きゅうり・トマト/ 玉ねぎ・クリームコーン缶・コーン缶詰・豆乳・パセリ	牛乳・お菓子
9	金	牛乳 菓子	ごはん・筑前煮・ ほうれん草のすまし汁	鶏肉・里芋・ごぼう・れんこん・人参・高野豆腐・干し椎茸/ほうれん草・ 玉ねぎ・人参・えのき茸・油揚げ	牛乳・お菓子
10	土	お茶 菓子	豚丼・じゃがいものみそ汁・ ミニゼリー	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・じゃがいも・玉ねぎ・油揚げ/ ミニゼリー	お茶・お菓子
13	火	牛乳 果物	ごはん・魚のカレー煮・ かぼちゃのみそ汁	カラスガレイ・カレー粉・玉ねぎ/かぼちゃ・人参・玉ねぎ・えのき茸・ 油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
14	水	牛乳 菓子	中華うどん・土佐和え	うどん・豚肉・干し椎茸・玉ねぎ・もやし・人参・チンゲン菜・ごま油/ ほうれん草・白菜/白蒸し粉・甘納豆	牛乳・白蒸しパン
15	木	牛乳 果物	ごはん・豆腐ハンバーグ・ トマト・きゅうり・野菜スープ	豚ひき肉・しょうが・豆腐・玉ねぎ・パン粉/トマト/きゅうり/ベーコン・ キャベツ・玉ねぎ・人参・小松菜	牛乳・お菓子
16	金	牛乳 菓子	肉豆腐丼・さわやか和え	豆腐・豚ひき肉・人参・ねぎ・しょうが・にんにく・ごま油/キャベツ・ きゅうり・人参・塩昆布/ヨーグルト	ヨーグルト・お菓子
17	土	お茶 菓子	チキンライス・コーンスープ・ ミニゼリー	鶏肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ/人参・コーン缶・ クリームコーン缶・玉ねぎ・パセリ/ミニゼリー	お茶・お菓子
19	月	牛乳 菓子	ごはん・魚のみそ煮・ 玉ねぎのすまし汁	カラスガレイ・しょうが/玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ・豆腐・油揚げ	牛乳・お菓子
20	火	牛乳 果物	豆乳みそスパゲティ・ えのき茸のすまし汁・オレンジ	スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ・しめじ・人参・にんにく・ねぎ・豆乳/えのき茸・ 玉ねぎ・人参・小松菜・油揚げ/オレンジ/ジョア/かぼちゃ・白蒸し粉	ジョア・ かぼちゃ蒸しパン
21	水	牛乳 菓子	ごはん・鶏肉の甘酢炒め・ 里芋のみそ汁	鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干し椎茸/里芋・玉ねぎ・人参・えのき茸・ 小松菜・油揚げ	牛乳・お菓子
22	木	牛乳 果物	いもごはん・柿のごま酢和え・ さつま揚げのすまし汁	さつまいも/大根・ほうれん草・柿・油揚げ・ごま/さつま揚げ・玉ねぎ・ 人参・えのき茸・ねぎ/プロセスチーズ	牛乳・チーズ・ お菓子
23	金	牛乳 菓子	さつまいものカレーライス・ キャベツサラダ	豚肉・ガーリックパウダー・さつまいも・玉ねぎ・人参・グリーンピース・ チャツネ・バター・小麦粉・カレールウ/ハム・キャベツ・きゅうり・トマト/ 食パン・ジャム	牛乳・ジャムサンド
24	土	お茶 菓子	カレーライス・コーンスープ・ ミニゼリー	豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・カレールウ/玉ねぎ・人参・コーン缶・ クリームコーン缶・パセリ/ミニゼリー	お茶・お菓子
26	月	牛乳 菓子	鶏肉うどん・金時豆甘煮	うどん・鶏肉・干し椎茸・玉ねぎ・人参・ほうれん草・ふ/金時豆	牛乳・お菓子
27	火	牛乳 果物	きのこごはん・ キャベツの塩昆布和え・ 豆腐のすまし汁	鶏肉・椎茸・しめじ・人参・れんこん・油揚げ/キャベツ・塩昆布/豆腐・ 小松菜・玉ねぎ・人参/しそふりかけ	牛乳・お菓子
28	水	牛乳 菓子	パン・ポークチャップ・ レタスサラダ	コッペパン/豚肉・玉ねぎ・しめじ・トマト・ケチャップ/ハム・レタス・きゅうり・ 人参・コーン缶詰	しそおにぎり
29	木	牛乳 果物	ごはん・魚フライごまみそ・ レタス・トマト・玉ねぎのすまし汁	カラスガレイ・小麦粉・パン粉・ごま/レタス・マヨネーズ/トマト/玉ねぎ・ 人参・しめじ・小松菜・油揚げ	牛乳・お菓子
30	金	牛乳 菓子	ごはん・豆腐の中華煮・拌三絲	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ごま油/ハム・キャベツ・きゅうり・ 人参・春雨・コーン缶詰/100%果汁/さつまいも・ごま	100%果汁・ 大学芋
31	土		運 動 会		

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます。

