



# 2025年 10月給食献立表



ながさわ保育園

| 日  | 曜 | 3才未満児<br>午前おやつ | 献立名                                | 材 料 名   | 午後のおやつ          |
|----|---|----------------|------------------------------------|---|-----------------|
| 1  | 水 | 牛乳 菓子          | ごはん・かぼちゃコロッケ・<br>ポイルキャベツ・野菜スープ     | 豚ひき肉・かぼちゃ・さつまいも・玉ねぎ・小麦粉・パン粉・ケチャップ・<br>ソース/キャベツ・ソース/ベーコン・もやし・人参・しめじ・チンゲン菜                        | 牛乳・お菓子          |
| 2  | 木 | 牛乳 果物          | きのこごはん・小松菜のすまし汁<br>キャベツの塩昆布和え      | 鶏肉・椎茸・しめじ・人参・蓮根・油揚げ/小松菜・玉ねぎ・人参・豆腐/<br>キャベツ・塩昆布/白蒸し粉・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース・<br>カレー粉                | 牛乳・<br>カレー蒸しパン  |
| 3  | 金 | 牛乳 菓子          | ごはん・鶏肉のさつぱり煮・<br>さといものみそ汁          | 鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ/里芋・玉ねぎ・人参・小松菜・油揚げ   | 牛乳・お菓子          |
| 4  | 土 | お茶 果物          | スパゲティナポリタン・<br>コンソメスープ・オレンジ        | スパゲティ・豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ケチャップ・ソース/玉ねぎ・<br>人参・じゃがいも・パセリ/オレンジ  | お茶・お菓子          |
| 6  | 月 | 牛乳 菓子          | 鶏肉うどん・金時豆甘煮                        | うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・椎茸・小松菜・油揚げ・ふ/金時豆/ジョア/<br>豆乳・きな粉   | ジョア・豆乳もち        |
| 7  | 火 | 牛乳 果物          | パン・パンプキンシチュー・<br>フレンチサラダ           | コッペパン/鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・クリームコーン缶・牛乳・<br>ポタージュの素/レタス・きゅうり・トマト・ハム                                    | 牛乳・お菓子          |
| 8  | 水 | 牛乳 菓子          | ごはん・筑前煮・<br>かぼちゃのみそ汁               | 鶏肉・里芋・ごぼう・蓮根・人参・高野豆腐/かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ねぎ・<br>油揚げ   | 牛乳・お菓子          |
| 9  | 木 | 牛乳 菓子          | ごはん・カレー肉じゃが・<br>もやしのみそ汁            | 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・白滝・カレー粉・グリーンピース/もやし・<br>玉ねぎ・人参・小松菜・油揚げ  | 牛乳・お菓子          |
| 10 | 金 | 牛乳 果物          | ごはん・煮やっこの肉みそかけ・<br>玉ねぎのすまし汁        | 豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ねぎ/玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ・<br>油揚げ  | ヨーグルト・お菓子       |
| 11 | 土 | お茶 菓子          | カレーライス・コーンスープ・<br>オレンジ             | 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<br>・クリームコーン缶・パセリ/オレンジ   | お茶・お菓子          |
| 14 | 火 | 牛乳 果物          | ごはん・ひじきと豆腐の炒り煮・<br>玉ねぎのみそ汁         | ひじき・豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・椎茸/玉ねぎ・人参・白菜・油揚げ   | 牛乳・お菓子          |
| 15 | 水 | 牛乳 菓子          | ごはん・メカジキのやわらか揚げ<br>・ポイルキャベツ・大根のみそ汁 | メカジキ/キャベツ・ソース/大根・玉ねぎ・人参・椎茸・油揚げ  | 牛乳・お菓子          |
| 16 | 木 | 牛乳 果物          | ごはん・なすのケチャップ炒め・<br>じゃがいもスープ        | なす・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ケチャップ/ベーコン・じゃがいも・<br>キャベツ・人参・ねぎ/ロールパン・ツナ・きゅうり・マヨネーズ                         | 牛乳・ツナサンド        |
| 17 | 金 | 牛乳 菓子          | スパゲティミートソース・<br>野菜スープ              | スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター・小麦粉・ケチャップ・<br>ソース/ベーコン・キャベツ・人参・小松菜/バナナ・ヨーグルト                         | バナナヨーグルト        |
| 18 | 土 | お茶 果物          | 豚丼・じゃがいものみそ汁・<br>オレンジ              | 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/<br>オレンジ   | お茶・お菓子          |
| 20 | 月 | 牛乳 菓子          | 中華うどん・もやしの和えもの                     | うどん・豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ごま油/もやし・人参・<br>小松菜・ツナ・ごま/しそふりかけ  | お茶・しそおにぎり       |
| 21 | 火 | 牛乳 果物          | ごはん・豚肉と里芋のみそ煮・<br>えのき茸のすまし汁        | 豚肉・大根・人参・里芋/えのき茸・玉ねぎ・人参・白菜・ねぎ/ジョア/<br>マカロニ・きな粉  | ジョア・<br>マカロニあべ川 |
| 22 | 水 | 牛乳 菓子          | パン・肉だんごスープ・<br>レタスサラダ              | コッペパン/鶏ひき肉・しょうが・豆腐・玉ねぎ・パン粉・春雨・人参・椎茸・<br>チンゲン菜/ハム・レタス・きゅうり・トマト                                   | 牛乳・お菓子          |
| 23 | 木 | 牛乳 菓子          | いもごはん・<br>ほうれん草のごま酢和え・豆腐汁          | さつまいも/ほうれん草・大根・人参・油揚げ・ごま/豆腐・玉ねぎ・人参・<br>椎茸・ねぎ  | 牛乳・お菓子          |
| 24 | 金 | 牛乳 菓子          | チャーハン・はるさめスープ・<br>バナナ              | 焼き豚・玉ねぎ・人参・ピーマン・紅しょうが/ベーコン・春雨・玉ねぎ・人参・<br>豆腐/バナナ   | 牛乳・お菓子          |
| 25 | 土 | お茶 果物          | チキンライス・コーンスープ・<br>オレンジ             | 鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース・ケチャップ/人参・コーン缶・<br>クリームコーン缶・玉ねぎ・パセリ/オレンジ                                       | お茶・お菓子          |
| 27 | 月 | 牛乳 菓子          | ごはん・鶏肉のホイル蒸し・<br>けんちん汁             | 鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・マヨネーズ/白菜・小松菜・人参・ねぎ・豆腐・<br>油揚げ   | 牛乳・お菓子          |
| 28 | 火 | 牛乳 果物          | クリームスパゲティ・<br>キャベツサラダ              | スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ・人参・しめじ・コーン缶詰・クリームコーン缶・<br>牛乳・小麦粉/ハム・キャベツ・きゅうり・人参/さつまいも                           | 牛乳・ふかし芋         |
| 29 | 水 | 牛乳 菓子          | マーボー豆腐丼・拌三絲                        | 豆腐・豚ひき肉・しょうが・玉ねぎ・人参・ねぎ/ハム・もやし・きゅうり・人参・<br>春雨  | 牛乳・お菓子          |
| 30 | 木 | 牛乳 果物          | さつまいものカレーライス・<br>切干大根のサラダ          | 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・<br>チャツネ・バター・小麦粉・カレールウ/切干大根・きゅうり・人参・ツナ・<br>ごま・ごま油/白蒸し粉・ゆで小豆缶詰 | 牛乳・<br>あずき蒸しパン  |
| 31 | 金 | 牛乳 菓子          | ごはん・蒸し魚の野菜あんかけ・<br>大根のすまし汁         | メカジキ・玉ねぎ・人参・もやし・ねぎ/大根・玉ねぎ・人参・油揚げ  | 100%果汁<br>おたのしみ |

※ 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。

