



10月 献立表 幼児食



*収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。

*午前おやつは0歳児クラスの内容です。1歳児クラスは牛乳のみを提供します。

旭町保育園

(幼児食用)

2025 年 10月

日付	献立名		材料名 (○は午前おやつ、☆は昼食、◎は午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○午前、◎午後おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
1 水	ごはん 干しえびと舞茸のかき揚げ 冷しゃぶサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎麩のラスク	○牛乳 ☆干しえび、豚肉、絹 ごし豆腐、煮干しだし、 米みそ ◎牛乳、きな粉	○バナナ ☆まいたけ、切干しだい こん、にんじん、たまねぎ、 キャベツ、きゅうり、わかめ、 長ねぎ、しょうが、昆布だし	☆米、薄力粉、かたくり 粉、油、てんさい糖、い りごま、マヨドレ ◎バター、焼きふ
2 木	ごはん しらすのふりかけ じゃがいものミートソース煮 きゅうりとカニカマの酢の物 大根としめじのすまし汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎豆乳プリン	○牛乳 ☆しらす、豚ひき肉、か にかま、かつおだし ◎牛乳、豆乳	○オレンジ ☆あおのり、たまねぎ、干しい たけ、きゅうり、わかめ、にんじ ん、しょうが、切干しだいこん、 だいこん、かいわれだいこん、 パセリ、ぶなしめじ	☆米、いりごま、じゃが いも、マカロニ、油、て んさい糖 ◎プリンの素
3 金	ごはん チキンカツ 野菜のマセドアンサラダ 白菜と蓮根のみそ汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎きなこおかき	○牛乳 ☆鶏肉、煮干しだし、米 みそ ◎牛乳	☆にんじん、きゅうり、コー ン、キャベツ、はくさい、た まねぎ、れんこん、昆布だ し	○おこめせんべい ☆米、薄力粉、かたくり 粉、パン粉、油、じゃがい も、マヨドレ、てんさい糖 ◎きなこおかき(乳・卵不 使用)
6 月	ごはん チンジャオロースー 春雨サラダ ワンドンスープ	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎お月見くずもち	○牛乳 ☆豚肉、かにかま、鶏 がらだし ◎牛乳、豆乳、きな粉	☆たまねぎ、ピーマン、黄 パプリカ、たけのこ、干し しいたけ、にんにく、きゅう り、にんじん、キャベツ、チ ンゲンサイ	○ソフトせんべい ☆米、ワンドン、かたくり 粉、ごま油、はるさめ、て んさい糖、かたくり粉 ◎てんさい糖
7 火	ごはん 車麩の旨煮 ところとわかめのサラダ 豆腐となめこのすまし汁	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆鶏肉、焼き竹輪、絹 ごし豆腐、かつおだし ◎牛乳	○バナナ ☆はくさい、たまねぎ、にん じん、干しいたけ、わか め、コーン、きゅうり、ところ てん、なめこ、葉ねぎ	☆米、車ふ、てんさい 糖、ごま油 ◎動物ビスケット(乳・ 卵不使用)
8 水	豚丼 めった汁 オレンジ	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎さつまいもの蒸しパン	○牛乳、煮干しだし ☆豚肉、煮干しだし、米 みそ ◎牛乳、豆乳	○にんじん、昆布だし ☆にんじん、たまねぎ、しょう が、ピーマン、もやし、にん にく、だいこん、はくさい、長 ねぎ、オレンジ、昆布だし	☆米、ごま油、てんさい 糖、しらたき ◎さつまいも、油、蒸し パンミックス(乳・卵不 使用)
9 木	ごはん 鮭の彩り焼き ひじきの炒め煮 白菜とえのきのすまし汁	○牛乳 ○バナナ ◎お茶 ◎栗の炊き込みおにぎり	○牛乳 ☆鮭、さつま揚げ、か つおだし ◎薄揚げ	○バナナ ☆にんじん、干しひじき、干 しいたけ、はくさい、えのき たけ、パセリ ◎にんじん、ぶなしめじ、昆 布だし	☆米、しらたき、ごま 油、てんさい糖 ◎米、栗
10 金	8分づきごはん 若鶏の唐揚げ 小松菜の納豆和え 大根と麩のみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎柿 ◎むらさきもチップ	○牛乳 ☆鶏肉、ひきわり納 豆、チーズ、かまぼこ、 煮干しだし、米みそ ◎牛乳	○オレンジ ☆にんにく、こまつな、たく あん、大葉、だいこん、長 ねぎ、しょうが、昆布だし ◎柿	☆八分づき米、薄力 粉、かたくり粉、油、焼 きふ ◎むらさきもチップ (乳・卵不使用)
11 土	ごはん 肉じゃが風 マカロニサラダ キャベツと人参のみそ汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳 ☆豚肉、さつま揚げ、 煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、 きゅうり、キャベツ、昆布 だし	○おこめせんべい ☆米、じゃがいも、油、マ ヨドレ、てんさい糖、マカ ロニ ◎こつぶじゃがあられ (乳・卵不使用)
14 火	ごはん マーボー豆腐 切干大根の中華サラダ わかめスープ	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎ふかし芋	○牛乳 ☆木綿豆腐、豚ひき 肉、竹輪、赤みそ、か つおだし ◎牛乳	☆長ねぎ、しょうが、たま ねぎ、コーン、にんにく、 切干しだいこん、にんじ ん、キャベツ、わかめ、は くさい	○ソフトせんべい ☆米、ごま油、かたくり 粉、てんさい糖 ◎さつまいも
15 水	カレーライス スイートポテトサラダ バナナ	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎ふわふわチップ	○牛乳、かつおだし ☆豚肉 ◎牛乳	○にんじん ☆にんじん、たまねぎ、に んにく、きゅうり、コーン、 バナナ	☆米、じゃがいも、油、 カレールウ、マヨドレ、 さつまいも、てんさい糖 ◎ふわふわチップ(乳・ 卵不使用)
16 木	ごはん きのこの豆腐グラタン 五目豆 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎いちごジャムサンド	○牛乳 ☆鶏肉、絹ごし豆腐、 豆乳、大豆、さつま揚 げ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	○オレンジ ☆たまねぎ、コーン、ぶなし めじ、にんじん、干しいた け、パセリ、かぼちゃ、昆布 だし ◎いちごジャム	☆米、じゃがいも、マカ ロニ、マヨドレ、パン 粉、米粉、しらたき、て んさい糖 ◎食パン(卵不使用)
17 金	ごはん 豚肉とさつま芋のごまからめ ブロッコリーとコーンのサラダ もやしと麩のすまし汁	○牛乳 ○バナナ ◎お茶 ◎鶏粥	○牛乳 ☆豚肉、ツナ、かつお だし ◎鶏ひき肉、鶏がらだ し	○バナナ ☆ブロッコリー、コーン、に んじん、寒天、こまつな、 もやし ◎長ねぎ、にんじん	☆米、いりごま、さつま いも、マヨドレ、薄力 粉、かたくり粉、てんさ い糖、油、焼きふ ◎米、いりごま、ごま油



10月 献立表 幼児食



*収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。

*午前おやつは0歳児クラスの内容です。1歳児クラスは牛乳のみを提供します。

旭町保育園

(幼児食用)

2025 年10月

日付	献立名		材料名 (○は午前おやつ、☆は昼食、◎は午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○午前、◎午後おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
18 土	ごはん 野菜炒め 春雨マヨサラダ さつま芋と玉ねぎのみそ汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎きなこおかき	○牛乳 ☆豚肉、煮干しだし、米 みそ ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、 キャベツ、ピーマン、きゅう り、昆布だし	○おこめせんべい ☆米、油、てんさい糖、マ ヨドレ、はるさめ、さつま いも ◎きなこおかき(乳・卵不 使用)
20 月	5分づきごはん ひじきのふりかけ 揚げはす団子 かぼちゃサラダ 豆腐となめこのすまし汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎フルーツポンチ	○牛乳 ☆かつお節、ツナ、絹 ごし豆腐、かつおだし ◎牛乳	☆ひじき、れんこん、かぼ ちゃ、きゅうり、たまねぎ、 コーン、だいこん、なめこ ◎りんご、バナナ、パイナッ プル缶、みかん缶	○ソフトせんべい ☆半つき米、いりごま、マ ヨドレ、てんさい糖、パン 粉、かたくり粉、油 ◎カクテルゼリー、てんさ い糖
21 火	和風ビビンバ 野菜とワンタンのスープ バナナ	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎カレーtoast	○牛乳、かつおだし ☆豚ひき肉、赤みそ、 鶏がらだし ◎牛乳、ツナ	○にんじん ☆たまねぎ、にんじん、もや し、こまつな、ぶなしめじ、し いたけ、えのきたけ、キャベ ツ、パセリ、バナナ ◎パセリ、たまねぎ	☆米、てんさい糖 ◎マヨドレ、食パン(卵 不使用)
22 水	お弁当の日 (0.1.2歳児クラスは給食です) ごはん すき焼き煮 マカロニサラダ わかめと麩のみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎さつま芋とりんごの春 巻き	○牛乳 (☆豚肉、焼き豆腐、か つおだし) ◎牛乳	○オレンジ (☆にんじん、はくさい、長 ねぎ、コーン、きゅうり、わ かめ、たまねぎ) ◎りんご	(☆米、しらたき、マヨド レ、てんさい糖、マカロ ニ、焼きふ) ◎さつまいも、春巻きの 皮、てんさい糖、油
23 木	ごはん 豆腐とひじきのつくね ビーフソテー かぶと厚揚げのみそ汁	○牛乳 ○バナナ ◎お茶 ◎わかめのおにぎり	○牛乳 ☆木綿豆腐、豚ひき 肉、鶏ひき肉、おから、 厚揚げ、煮干しだし、米 みそ	○バナナ ☆ひじき、にんじん、たまね ぎ、ピーマン、もやし、かぶ、 昆布だし ◎わかめ	☆米、かたくり粉、油、 てんさい糖、ビーフン、 ごま油 ◎米
24 金	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのサラダ 大根と椎茸のすまし汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎ミレービスケット	○牛乳 ☆豚肉、ツナ、かつお だし ◎牛乳	☆たまねぎ、もやし、しょう が、ひじき、赤ピーマン、 コーン、きゅうり、だいこ ん、しいたけ、ほうれんそ う	○ソフトせんべい ☆米、油、てんさい糖、 ごま油 ◎ミレービスケット(乳・ 卵不使用)
25 土	マーボーなす丼 野菜と春雨のすまし汁 オレンジ	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆豚ひき肉、赤みそ、 かつおだし ◎牛乳	☆なす、長ねぎ、たまね ぎ、コーン、ピーマン、に んにく、しょうが、にんじ ん、キャベツ、オレンジ	○おこめせんべい ☆米、かたくり粉、てん さい糖、はるさめ ◎動物ビスケット(乳・ 卵不使用)
27 月	ごはん 高野豆腐の旨煮 ブロッコリーと蓮根のサラダ キャベツとしめじのすまし汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎みかんゼリー	○牛乳 ☆高野豆腐、鶏肉、ツ ナ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆はくさい、たまねぎ、にんじ ん、干しいたけ、ブロッコリー、 コーン、れんこん、キャベツ、ぶ なしめじ、昆布だし ◎みかん缶、オレンジジュース	○ソフトせんべい ☆米、てんさい糖、マヨ ドレ ◎ゼリーの素
28 火	ごはん 若鶏の磯辺揚げ 切干大根の旨煮 かぶと人参のみそ汁	○牛乳 ○バナナ ◎お茶 ◎肉すい風うどん	○牛乳 ☆鶏肉、油揚げ、煮干 しだし、米みそ ◎牛肉、かつおだし	○バナナ ☆にんにく、しょうが、あお さ、切干しだいこん、にんじ ん、干しいたけ、かぶ、た まねぎ、昆布だし ◎長ねぎ、にんじん	☆米、薄力粉、かたくり 粉、油、ごま油、てんさ い糖 ◎うどん
29 水	ごはん 干しえびのふりかけ おでん風 小松菜のさっぱり和え 白菜と蓮根のみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳 ☆干しえび、豚肉、焼き 豆腐、かまぼこ、かつ おだし ◎牛乳	○オレンジ ☆あおのり、だいこん、に んじん、こまつな、きゅう り、たくあん、はくさい	☆米、いりごま、さとい も、しらたき、てんさい 糖 ◎こつぶじゃがあられ (乳・卵不使用)
30 木	ごはん ポークチャップ さつま芋とレーズンのサラダ 春雨スープ	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎なすのボロネーゼ	○牛乳 ☆豚肉、鶏がらだし ◎牛乳、豚ひき肉	○バナナ ☆玉ねぎ、ぶなしめじ、ピーマ ン、きゅうり、コーン、レーズン、 もやし、にんじん、チンゲンサイ ◎たまねぎ、なす、にんにく、グ リンピース	☆米、油、てんさい糖、 マヨドレ、さつまいも、 はるさめ ◎スパゲッティ
31 金	ごはん かつおの野菜あんかけ 大根と柿のサラダ ひじきと薄揚げのみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎ハロウィン蒸しパン	○牛乳 ☆かつお、絹ごし豆 腐、薄揚げ、煮干しだ し、米みそ ◎牛乳、豆乳	○オレンジ ☆たまねぎ、にんじん、しょう が、ピーマン、だいこん、柿、 きゅうり、ひじき、葉ねぎ、昆 布だし ◎かぼちゃ	☆米、かたくり粉、薄力 粉、マヨドレ、油 ◎むらさきいも、油、て んさい糖、蒸しパンミッ クス(乳・卵不使用)

