



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、1歳児クラスの内容です。

旭町保育園

2026年10月

*9～11月の期間中、絵本にちなんだ【絵本給食】を取り入れています。今月はどんな絵本でしょう♪

(幼児食用)

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 (○朝おやつ◎昼おやつ)	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 木	ごはん 干しえびのふりかけ 炒り豆腐 わかめのサラダ なすと小松菜のみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎イチゴジャムサンド	○牛乳 ☆干しえび、木綿豆腐、 豚ひき肉、竹輪、煮干し だし、米みそ ◎牛乳	☆あおのり、たまねぎ、にん じん、グリーンピース、干しい たけ、わかめ、寒天、コー ン、きゅうり、なす、もやし、 昆布だし、こまつな ◎いちごジャム	☆米、いりごま、てんさい 糖、油、ごま油 ◎食パン(卵不使用)
2 金	ごはん チキンカツ コールスローサラダ 大根と椎茸のすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆鶏肉、かつおだし ◎牛乳	☆キャベツ、きゅうり、にん じん、コーン、だいこん、干 しいたけ、ねぎ	☆米、薄力粉、パン粉、 油、マヨドレ ◎動物ビスケット(卵・乳 不使用)
5 月	ごはん アジフライ レモン添え (1歳児クラスはサーモンフライ) ラタトゥイユ チンゲン菜のスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎豆乳プリン	○牛乳 ☆アジフライ:乳・卵不使用 (サーモンフライ:乳・卵不使 用)、豚肉、鶏がらだし ◎牛乳、豆乳	☆レモン、なす、トマト缶、 たまねぎ、ピーマン、ズッ キーニ、チンゲンサイ、に んじん	☆米、油 ◎プリンの素(卵・乳不 使用)
6 火	ごはん チンジャオロースー 切干大根の中華サラダ ワンタンスープ	○牛乳 ◎お茶 ◎焼きうどん	○牛乳 ☆豚肉、竹輪、鶏がらだ し ◎豚肉	☆たまねぎ、ピーマン、黄パプリ カ、たけのこ、にんにく、干し いたけ、切干しだいこん、にんじ ん、レタス、コーン、キャベツ ◎にんじん、たまねぎ、キャベツ	☆米、ワンタン、かたくり 粉、ごま油、てんさい糖 ◎うどん、油
7 水	ごはん 若鶏の唐揚げ 春雨サラダ 豆腐とわかめのみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ミレービスケット	○牛乳 ☆鶏肉、かにかま、絹ご し豆腐、煮干しだし、米 みそ ◎牛乳、豆乳	☆にんにく、きゅうり、にん じん、しょうが、キャベツ、 わかめ、長ねぎ	☆米、薄力粉、かたくり粉、 油、はるさめ、ごま油、てん さい糖、昆布だし ◎ミレービスケット(卵・乳 不使用)
8 木	ごはん ひじきのふりかけ 豚肉のしょうが焼き きゅうりとちくわの酢の物 白菜と人参のすまし汁	○牛乳 ◎お茶 ◎梅とおかかのおにぎり	○牛乳 ☆かつお節、豚肉、かつ おだし、竹輪	☆ひじき、たまねぎ、もや し、しょうが、きゅうり、わ かめ、にんじん、切干しだ いこん、はくさい ◎カリカリ梅	☆米、いりごま、てんさい 糖、油 ◎米
9 金	カレーライス ひじきのサラダ バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎さつまいもの蒸しパン	○牛乳 ☆豚肉、ツナ ◎牛乳、豆乳	☆にんじん、たまねぎ、に んにく、ひじき、赤ピーマ ン、キャベツ、バナナ	☆米、じゃがいも、油、カ レールウ(卵不使用)、マヨ ドレ、油、てんさい糖 ◎さつまいも、蒸しパンミッ クス(卵・乳不使用)、てんさ い糖
10 土	ごはん マーボー豆腐 切干大根のサラダ キャベツと麩のすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎きなこおかき	○牛乳 ☆木綿豆腐、豚ひき肉、 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、 きゅうり、キャベツ	☆米、ごま油、かたくり 粉、てんさい糖、焼きふ、 ◎きなこおかき(卵・乳不 使用)
13 火	タコライス ポトフ りんご	○牛乳 ◎牛乳 ◎芋けんぴ	○牛乳 ☆牛ひき肉、豚ひき肉、 鶏がらだし ◎牛乳	☆にんにく、トマト、コー ン、たまねぎ、キャベツ、 にんじん、はくさい、セロ リ、りんご	☆米、油、てんさい糖、 じゃがいも、マヨドレ ◎油、さつまいも
14 水	お弁当の日 (0、1、2歳児クラスは給食です) ごはん 焼肉風 マカロニサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎こつぶじゃががあられ	○牛乳 (☆豚肉、絹ごし豆腐、か つおだし) ◎牛乳	(☆にんじん、たまねぎ、 キャベツ、ピーマン、きゅう り、わかめ)	(☆米、油、てんさい糖、 マカロニ、マヨドレ、かた くり粉) ◎こつぶじゃががあられ (卵・乳不使用)
15 木	ごはん さばの竜田揚げ 大根と柿のサラダ さつま芋と薄揚げのみそ汁	○牛乳 ◎お茶 ◎わかめうどん	○牛乳 ☆さば、薄揚げ、煮干し だし、米みそ ◎かつおだし	☆だいこん、柿、きゅうり、 たまねぎ、しょうが、昆布 だし ◎にんじん、長ねぎ、わか め	☆米、薄力粉、かたくり 粉、マヨドレ、油、さつま いも ◎うどん
16 金	ごはん なすのミートソース煮 ブロッコリーと蓮根のサラダ 白菜のスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎はらぺこあおむしの フルーツポンチ	○牛乳 ☆豚ひき肉、ツナ、鶏が らだし ◎牛乳	☆なす、たまねぎ、干しい たけ、ブロッコリー、コーン、 れんこん、にんじん、わか め、はくさい ◎りんご、バナナ、みかん 缶、もも缶	☆米、マカロニ、油、てん さい糖、マヨドレ ◎てんさい糖、カクテル ゼリー
17 土	ごはん すき焼き煮 ひじきのマヨサラダ 人参と玉ねぎのみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎かぼちゃボーロ	○牛乳 ☆豚肉、焼き豆腐、煮干 しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、はくさい、長 ねぎ、干しひじき、きゅう り、たまねぎ、昆布だし	☆米、しらたき、マヨド レ、てんさい糖 ◎かぼちゃボーロ(卵・ 乳不使用)

芋掘り

絵本給食
《トマトさん》

絵本給食
《はらぺこあおむし》



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、1歳児クラスの内容です。

旭町保育園

2026年10月

*9～11月の期間中、絵本にちなんだ【絵本給食】を取り入れています。今月はどんな絵本でしょう♪

(幼児食用)

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 (○朝おやつ◎昼おやつ)	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
19月	和風ビンバ めった汁 オレンジ	○牛乳 ◎牛乳 ◎揚げドーナツ	○牛乳 ☆豚ひき肉、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳、きな粉、絹ごし豆腐	☆にんじん、こまつな、ぶなしめじ、しいたけ、もやし、たまねぎ、えのきたけ、だいこん、はくさい、長ねぎ、オレンジ	☆米、ごま油、てんさい糖、しらたき ◎ホットケーキミックス(卵不使用)、てんさい糖
20火	ごはん 鮭の彩り焼き スイートポテトサラダ ごぼうとキャベツのみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎とうもろこしスナック	○牛乳 ☆さけ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、きゅうり、たまねぎ、コーン、ごぼう、昆布だし、パセリ、キャベツ	☆米、さつまいも、マヨドレ◎とうもろこしスナック(卵・乳不使用)
21水	ごはん 豚肉のカレーソテー 小松菜の納豆和え じゃが芋としめじのすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎麩のラスク	○牛乳 ☆豚肉、挽きわり納豆、チーズ、かまぼこ、かつおだし ◎牛乳、きな粉	☆たまねぎ、もやし、こまつな、たくあん、大葉、ぶなしめじ、長ねぎ	☆米、油、てんさい糖、じゃがいも ◎焼きふ、バター
22木	ごはん めぎす団子と春雨煮 もやしのナムル 大根と人参のみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ふかし芋	○牛乳 ☆めぎすすり身、竹輪、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆長ねぎ、たまねぎ、にんじん、はくさい、きゅうり、もやし、しょうが、昆布だし、だいこん	☆米、かたくり粉、はるさめ、てんさい糖 ◎さつまいも
23金	ごはん 車麩の旨煮 切干大根の生姜サラダ 豆腐となめこのすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ココアとマーマレードのパウンドケーキ	○牛乳 ☆鶏肉、竹輪、かつおだし、絹ごし豆腐 ◎牛乳	☆はくさい、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、切干しだいこん、しょうが、レタス、コーン、長ねぎ、なめこ ◎オレンジマーマレード	☆米、車ふ、てんさい糖、マヨドレ、ごま油 ◎ホットケーキミックス(卵不使用)、てんさい糖
24土	ハヤシライス マカロニサラダ バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆豚肉 ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、まいたけ、きゅうり、バナナ	☆米、ハヤシルウ、マヨドレ、油、マカロニ ◎動物ビスケット(卵・乳不使用)
26月	5分つきごはん しらすのふりかけ コロッケ ひじきの炒め煮 キャベツと椎茸のすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎豆乳くずもち	○牛乳 ☆しらす、さつま揚げ、かつおだし ◎牛乳、豆乳、きな粉	☆あおのり、干しひじき、にんじん、干しいたけ、キャベツ、万能ねぎ、しいたけ	☆半つき米、コロッケ(卵・乳不使用)、いりごま、油、しらたき、ごま油、てんさい糖 ◎てんさい糖、かたくり粉
27火	ごはん いわしのトマト煮 ブロッコリーとコーンのサラダ 太きゅうりのスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎スイートポテトトースト	○牛乳 ☆いわしのトマト煮(卵・乳不使用)、ツナ ◎牛乳	☆ブロッコリー、コーン、にんじん、寒天、たまねぎ、太きゅうり ◎パセリ	☆米、マヨドレ ◎マヨドレ、さつまいも、食パン(卵不使用)
28水	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き キャベツとツナのサラダ さつま芋のポタージュ	○牛乳 ◎牛乳 ◎きなこおかし	○牛乳 ☆鶏肉、ツナ、鶏ひき肉、豆乳 ◎牛乳	☆オレンジマーマレード、にんにく、きゅうり、にんじん、コーン、キャベツ、たまねぎ、パセリ	☆米、さつまいも、油、マヨドレ、シチュールウ(卵不使用) ◎きなこおかし(卵・乳不使用)
29木	ごはん 豚肉とさつま芋のごまからめ きゅうりとカニカマの酢の物 麩と白菜のすまし汁	○牛乳 ◎お茶 ◎きのこのおにぎり	○牛乳 ☆豚肉、かにかま、かつおだし	☆きゅうり、わかめ、切干しだいこん、はくさい、にんじん、たまねぎ ◎にんじん、ぶなしめじ、干しいたけ	☆米、薄力粉、かたくり粉、てんさい糖、油、さつまいも、いりごま、焼きふ ◎米
30金	ごはん 源助だいこんのおでん風 小松菜のさっぱり和え キャベツと人参のみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ハロウィン蒸しパン ハロウィン	○牛乳 ☆豚肉、焼き豆腐、かまぼこ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳	☆だいこん、にんじん、こまつな、きゅうり、たくあん、キャベツ、昆布だし ◎かぼちゃ	☆米、さといも、しらたき、てんさい糖 ◎油、蒸しパンミックス(卵・乳不使用)
31土	ごはん 野菜炒め ビーフンスープ オレンジ	○牛乳 ◎牛乳 ◎ミレービスケット	○牛乳 ☆豚肉、鶏がらだし ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、はくさい、オレンジ	☆米、油、てんさい糖、ビーフン ◎ミレービスケット(卵・乳不使用)

