

10月の献立

かしのみ保育園 令和7年10月

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
1	水	牛乳 菓子	和風スパゲティ ツナサラダ ポテトスープ	スパゲティ、ベーコン、玉ねぎ、人参、しめじ、油、小松菜、 和風だしの素、しょうゆ、食塩、みりん、ごま油、のり キャベツ、小松菜、人参、ツナ、りんご酢、三温糖、しょうゆ、食塩、油 鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、コンソメ、パセリ	牛乳 ラスク パン、グラニュー糖、バター
2	木	牛乳 果物	ごはん 魚のパン粉焼き フレンチサラダ ミネストローネ	米 ホキ、ノンエッグマヨネーズ、ヨーグルト、パン粉、チーズ、パセリ キャベツ、とうもろこし、きゅうり、人参、りんご酢、三温糖、油、食塩 ベーコン、マカロニ、玉ねぎ、じゃがいも、大豆、トマト缶、パセリ、 コンソメ、食塩	スキムミルク さつまいもチップス さつまいも、揚げ油、食塩
3	金	牛乳 菓子	ごはん 鶏マヨ チンゲン菜の中華あえ 根菜スープ	米 鶏肉、食塩、揚げ油、ノンエッグマヨネーズ、ケチャップ、三温糖、 牛乳、パセリ粉 チンゲン菜、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、中華だし、ごま油、 しょうゆ、白ごま ちくわ、玉ねぎ、ごぼう、れんこん、人参、ねぎ、中華だし、しょうゆ、食塩	スキムミルク コーンマヨトースト 食パン、とうもろこし、 玉ねぎ、チーズ、パセリ粉、 ノンエッグマヨネーズ
4	土	お茶 菓子	ビビンバ丼 わかめスープ 果物（オレンジ）	米、豚ひき肉、みそ、三温糖、しょうゆ、白ごま、ごま油、もやし、人参、にら ベーコン、玉ねぎ、人参、とうもろこし、わかめ、中華だし オレンジ	お茶 菓子
6	月	牛乳 菓子	肉うどん うさぎいなり 果物（梨）	うどん、豚肉、玉ねぎ、みりん、三温糖、しょうゆ、ほうれん草、 しょうゆ、みりん、食塩、和風だしの素、かまぼこ、卵 油揚げ、米、ハム、のり 梨	牛乳 お月見ドーナツ さつまいも、三温糖、白玉粉、 食塩、揚げ油、きな粉
7	火	牛乳 菓子	ごはん ブルコギ 焼きかぼちゃ 春雨スープ	米 豚肉、生姜、しょうゆ、三温糖、玉ねぎ、もやし、にら、人参、ごま油、 しょうゆ、みそ、三温糖、白ごま かぼちゃ、油、食塩 春雨、ベーコン、干しいたけ、人参、玉ねぎ、とうもろこし、ねぎ、 中華だし、食塩	スキムミルク 焼きもち 豆腐、白玉粉、甘納豆、 三温糖、油
8	水	牛乳 果物	ごはん 秋鮭の塩焼き 柿なます つみれとかぶのみそ汁	米 さけ、食塩 大根、人参、きゅうり、かき、すし酢、食塩 鶏ひき肉、片栗粉、みそ、かぶ、玉ねぎ、人参、かぶの葉、みそ、だし汁	牛乳 栗蒸しパン 小麦粉、三温糖、豆乳、油、 ベーキングパウダー、栗
9	木	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉のマリネ ごまドレサラダ コンソメスープ	米 鶏肉、食塩、パプリカ、玉ねぎ、三温糖、酢、しょうゆ、油 キャベツ、豆苗、人参、ノンエッグマヨネーズ、白ごま、しょうゆ ベーコン、玉ねぎ、人参、えのきたけ、パセリ、コンソメ、食塩	スキムミルク 菓子・チーズ
10	金	牛乳 菓子	ごはん おから入り豚つくね キャベツのゆかりあえ じゃがいものみそ汁	米 豚ひき肉、おから、人参、ひじき、卵、片栗粉、しょうゆ、三温糖、みりん キャベツ、人参、きゅうり、もやし、ゆかり、食塩 じゃがいも、玉ねぎ、人参、ねぎ、だし汁、みそ	スキムミルク ブルーベリーケーキ 小麦粉、牛乳、バター、 ベーキングパウダー、三温糖、 ブルーベリージャム
11	土	お茶 菓子	ナポリタン コンソメスープ 果物（オレンジ）	スパゲティ、豚肉、人参、玉ねぎ、しめじ、ピーマン、油、ケチャップ ベーコン、キャベツ、玉ねぎ、じゃがいも、人参、コンソメ、 オレンジ	お茶 菓子
14	火	牛乳 菓子	秋野菜のカレーライス 和風サラダ フルーツヨーグルト	米、豚肉、玉ねぎ、れんこん、さつまいも、しめじ、エリンギ、枝豆、 油、カレールウ キャベツ、きゅうり、人参、わかめ、すし酢、しょうゆ みかん缶、パイン缶、もも缶、ヨーグルト、三温糖	スキムミルク 菓子
15	水	牛乳 菓子	ごはん かれいのおろし煮 彩り野菜のごまあえ 豚汁	米 かれい、生姜、だし汁、しょうゆ、みりん、三温糖、大根 人参、小松菜、キャベツ、もやし、白ごま、三温糖、しょうゆ、酢 豚肉、厚揚げ、白菜、人参、ごぼう、ねぎ、ごま油、だし汁、みそ	牛乳 チャーハン 米、卵、ベーコン、人参、 玉ねぎ、ねぎ、中華だし、食塩

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ	
16	木	牛乳菓子	ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め れんこんチップ 中華スープ	米 豚肉、厚揚げ、人参、キャベツ、玉ねぎ、きくらげ、ピーマン、油、みそ、三温糖、しょうゆ、片栗粉 れんこん、揚げ油、食塩 ベーコン、もやし、人参、玉ねぎ、とうもろこし、チンゲン菜、中華だし、食塩	スキムミルク りんご蒸しパン 小麦粉、豆乳、三温糖、油、 ベーキングパウダー、りんご、 三温糖	
17	金	牛乳果物	ごはん さつまいもコロケ ごぼうとひじきのサラダ なめこのみそ汁	米 鶏ひき肉、さつまいも、玉ねぎ、食塩、小麦粉、パン粉、揚げ油 ごぼう、人参、とうもろこし、きゅうり、ひじき、ノンエッグマヨネーズ、白ごま、三温糖、しょうゆ、和風だしの素、りんご酢、食塩 豆腐、なめこ、玉ねぎ、人参、ねぎ、みそ、だし汁	牛乳 セサミクッキー 小麦粉、三温糖、豆乳、 バター、ごま	
18	土	お茶菓子	肉うどん 小松菜のツナあえ 果物（バナナ）	うどん、豚肉、玉ねぎ、三温糖、しょうゆ、人参、ねぎ、和風だしの素 小松菜、人参、ツナ、しょうゆ、三温糖 バナナ	お茶 菓子	
20	月	牛乳菓子	ジャージャー麺 焼きししゃも 中華スープ	焼きそば麺、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、たけのこ、干しいたけ、生姜、ごま油、しょうゆ、三温糖、みそ、中華だし、片栗粉、きゅうり ししゃも、油 ベーコン、玉ねぎ、人参、えのきたけ、にら、中華だし、食塩	牛乳 のり巻きおにぎり 米、のり	
21	火	牛乳菓子	ごはん 豚肉と里芋の炒め煮 切干大根のみそ汁 果物（オレンジ）	米 豚肉、さつま揚げ、人参、里芋、玉ねぎ、しめじ、糸こんにゃく、生姜、枝豆、ごま油、三温糖、しょうゆ、だし汁 切干大根、玉ねぎ、人参、ねぎ、だし汁、みそ オレンジ	スキムミルク ツナチーズトースト 食パン、ツナ、 ノンエッグマヨネーズ、チーズ	
22	水	牛乳菓子	ごはん 鶏肉のバーベキュー風 ポテトサラダ コーンスープ	米 鶏肉、片栗粉、揚げ油、なし、レモン、三温糖、酢、しょうゆ、和風だしの素 ハム、じゃがいも、人参、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ、食塩 玉ねぎ、とうもろこし、人参、クリームコーン缶、コンソメ、食塩、パセリ	ミロ 菓子	
23	木	牛乳果物	さつまいもごはん 鶏肉のごまみそ焼き 青菜の納豆あえ すまし汁	米、さつまいも、食塩 鶏肉、みそ、白ごま、みりん、三温糖 納豆、小松菜、もやし、人参、三温糖、しょうゆ、かつお節 玉ねぎ、人参、えのきたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、食塩	霜降 スキムミルク 豆乳もち 豆乳、片栗粉、砂糖、 きな粉、三温糖	
24	金	牛乳菓子	2上 徒歩遠足の日（お弁当の日） 			牛乳 ココアゼリー ココア、牛乳、砂糖、寒天
25	土	お茶菓子	豚丼 みそ汁 果物（オレンジ）	米、豚肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうゆ、三温糖、和風だしの素 豆腐、玉ねぎ、人参、しめじ、小松菜、みそ オレンジ	お茶 菓子	
27	月	牛乳菓子	ごはん 肉じゃが 人参のごま酢あえ 麩のみそ汁	米 豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、さやえんどう、油、三温糖、しょうゆ、みりん 人参、きゅうり、エリンギ、白ごま、三温糖、酢、食塩 麩、玉ねぎ、人参、ねぎ、だし汁、みそ	スキムミルク チーズドッグ ホットケーキ粉、豆腐、 三温糖、チーズ、揚げ油、 ケチャップ	
28	火	牛乳果物	ごはん 松風焼き 千草あえ のっぺい汁	米 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、卵、牛乳、三温糖、みそ、ごま、青のり 油揚げ、小松菜、もやし、人参、きゅうり、かつお節、三温糖、しょうゆ ちくわ、里芋、ごぼう、人参、糸こんにゃく、ねぎ、ごま油、しょうゆ、食塩、だし汁	スキムミルク 焼きうどん うどん、豚肉、キャベツ、 人参、ピーマン、ごま油、 お好み焼きソース	
29	水	牛乳菓子	豚肉のスタミナ丼 揚げぎょうざ 中華スープ	米、豚肉、生姜、玉ねぎ、人参、しめじ、にら、油、しょうゆ、三温糖、白ごま、ごま油 ぎょうざの皮、キャベツ、にら、食塩、豚ひき肉、しょうゆ、三温糖、ごま油、片栗粉、揚げ油 玉ねぎ、もやし、人参、にら、中華だし、食塩	牛乳 キャロットゼリー 人参、粉寒天、砂糖、 オレンジジュース、 レモン果汁、みかん缶	
30	木	牛乳菓子	ごはん 白身魚のきのこあんかけ 五目汁 牛乳かん	米 ホキ、食塩、片栗粉、油、玉ねぎ、えのきたけ、しめじ、人参、しいたけ、きくらげ、だし汁、しょうゆ、片栗粉、いんげん 鶏肉、大根、人参、ごぼう、小松菜、だし汁、みそ 牛乳、粉寒天、砂糖、みかん缶	スキムミルク 梅昆布おにぎり 米、梅干し、こんぶ、 しょうゆ、三温糖、 ちりめん、枝豆、白ごま	
31	金	牛乳菓子	パン(3上)／ごはん(3未) かぼちゃのシチュー コールスローサラダ 果物（りんご）	コッペパン、米 鶏肉、油、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、しめじ、エリンギ、ブロッコリー、クリームシチューウ、牛乳、食塩 ハム、レッドキャベツ、人参、枝豆、とうもろこし、ノンエッグマヨネーズ りんご	牛乳 ハロウィンクッキー 小麦粉、三温糖、バター、 豆乳、ココア、 	

※行事・材料などの都合により内容が変更になることがあります。