

令和7年10月献立表

つるまる保育園

日	曜	副 食 名	食 品 名	間食名	食品名	未満児間食
1	水	豚肉の生姜焼き ツナサラダ	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん トマト ツナ キャベツ 人参 胡瓜 レタス コーン マヨネーズ	ミルク いりこ うどんかりんとう	うどん乾麺 小麦粉 油 黒砂糖 いりこ	チーズ パン
2	木	麻婆豆腐 茼蒿のおかか炒め	合挽肉 玉葱 人参 干し椎茸 にんにく 生姜 豆腐 ピーマン なす 赤味噌 砂糖 ケチャップ 片栗粉 ガラスープ 金平茼蒿 鰹節	ミルク チーズ 豆ケーキ	ミックス粉 砂糖 卵 甘納 豆 マーガリン チーズ	チーズ バナナ
3	金	魚の西京焼き わいわいサラダ	魚 味噌 砂糖 酒 みりん キャベツ 人参 胡瓜 わかめ レタス 醤油 ごま 油	ミルク 豆乳餅	豆乳 黒砂糖 片栗粉 黄粉	チーズ 動物丸ぼうろ
4	土	きつねうどん	うどん乾麺 すし揚げ 蒲鉾 小葱			菓子
6	月	かきたま汁 納豆 フルーツ	鶏肉 玉葱 人参 干し椎茸 しめじ じゃが芋 蒲鉾 豆腐 卵 葱 醤油 納豆 キウイフルーツ	ミルク チーズ おからドーナツ	ミックス粉 卵 砂糖 おから 油 チーズ	チーズ 木葉せんべい
7	火	えびのかき揚げ 伴三糸	えび 玉葱 人参 南瓜 枝豆 コーン ピーマン 卵 小麦粉 油 春雨 人参 胡瓜 卵 ハム 胡麻 酢 砂糖	ミルク 果物 菓子	バナナ 五穀で元気	チーズ アニマルビスケット
8	水	炒り豆腐 ししゃも	鶏挽肉 玉葱 人参 干し椎茸 きくらげ ピーマン 蒲鉾 絞り豆腐 卵 キャベツ 味噌 砂糖 ししゃ も	ミルク ツナカレートースト	サンド食パン ツナ カレー 粉 クリームコーン マヨ ネーズ スライスチーズ いりこ	チーズ 鈴カステラ
9	木	お弁当の日 運動会リハーサル		ミルク ざっくりヨーグルト	ヨーグルト 砂糖 シスコーン	星っこ
10	金	中華風ローストチキン ゴマネーズサラダ	鶏肉 にんにく 生姜 玉葱 胡麻 醤油 ごま油 キャベツ 人参 胡瓜 ハム コーン すりごま レタ ス マヨネーズ	ミルク いりこ マカロニあべかわ	マカロニ 黄粉 黒砂糖 いりこ	チーズ クラッカー
11	土	ラーメン	ラーメン麺 焼豚 蒲鉾 小葱			菓子
14	火	豚肉の南部揚げ わかめの酢の物	豚肉 生姜 酒 醤油 小麦粉 卵 黒ごま 油 キャベツ 人参 胡瓜 じゃこ わかめ ごま 酢砂糖	ミルク 果物 菓子	梨 じゃこ気分	チーズ リングドーナツ
15	水	魚のトマトソースかけ ポテトサラダ	魚 カットトマト 玉葱 人参 ケチャップ コンソメ 砂糖 じゃが芋 人参 胡瓜 ハム コーン マヨ ネーズ	ミルク フルーツポンチ	ゼリー 黄桃缶 パイン缶 みかん缶 バナナ 砂糖	チーズ ミニハート
16	木	牛肉のしぐれ煮 野菜の梅肉和え	牛肉 玉葱 人参 糸茼蒿 しめじ 牛蒡 高野豆腐 砂糖 醤油 キャベツ 人参 胡瓜 梅肉	ミルク シュガートースト	サンド食パン マーガリン グラニュー糖	チーズ プチスティック
17	金	タンドリーチキン スパゲティサラダ	鶏肉 ヨーグルト 塩 にんにく カレー粉 トマト スパゲティ 人参 胡瓜 ハム コーン マヨネーズ	ミルク 乳菓 菓子	プリン ソフトサラダ	チーズ ミニわかめちゃん
18	土	運動会				
20	月	チキンカレー フレンチサラダ フルーツ	鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 しめじ 南瓜 コーン なす ピーマン カレールー キャベツ 人参 胡 瓜 レタス コーン 酢 油 バナナ	ミルク いりこ クラッカーサンド	クラッカー ジャム クリームチーズ いりこ	チーズ うさぎのしっぽ
21	火	魚の磯フライ コールスローサラダ	魚 小麦粉 卵 パン粉 青のり 油 ケチャップ キャベツ 人参 胡瓜 コーン レタス 胡麻ドレッシング	ミルク 果物 菓子	梨 ロアンヌ	チーズ 英字ビスケット
22	水	松風焼き 野菜の昆布和え	鶏挽肉 玉葱 人参 絞り豆腐 ひじき 卵 葱 胡麻 味噌 砂糖 キャベツ 人参 胡瓜 サリナス 小松菜 塩昆布	ミルク チーズ 小倉サンド	サンド食パン マーガリン こしあん チーズ	チーズ 花せんべい
23	木	中華風胡麻和え 味付け海苔	春雨 人参 胡瓜 キャベツ 卵 ハム サリナス 竹 輪 小松菜 じゃが芋 胡麻 砂糖 醤油 ごま油 味付け海苔	ミルク おにぎり	白米 混ぜ込みわかめ じゃこ 天かす	野菜スティック ベビードーナツ
24	金	魚の塩焼き 野菜の胡麻和え	魚 酒 塩 トマト キャベツ 人参 胡瓜 サリナス 小松菜 胡麻 砂糖 醤油	ミルク 三色ゼリー	クールゼリー ぶどうゼリー ソーダゼリー	チーズ ベジタブルせんべい
25	土	焼きそば	焼きそば麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ サリナス ピーマン			菓子
27	月	太平燕 海苔佃煮 フルーツ	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ 干し椎茸 蒲鉾 葱 春雨 筍 卵 ガラスープ 海苔佃煮 バナナ	ミルク チーズ カルシウムラスク	サンド食パン マーガリン 黄粉 グラニュー糖 チーズ	チーズ 豆花クッキー
28	火	魚の味噌マヨ焼き 野菜のおかか和え	魚 味噌 マヨネーズ 白菜 人参 胡瓜 サリナス ピーマン 鰹節 砂糖 醤油	ミルク 果物 菓子	りんご おにぎりせんべい	チーズ パン
29	水	ハロウィンランチ（ハ ムサンド/のり塩チキン/ パンプキンサラダ/コン ソメスープ/ゼリー/ヤク ルト）	ロールパン ハム レタス マヨネーズ 鶏肉 にんにく 塩 醤油 小麦粉 片栗粉 油 スパゲッティ 南瓜 人参 胡瓜 ハム コーン マヨネーズ キャベツ 人参 玉葱 コンソ メ ミニゼリー ヤクルト	カルピス ポップコーン	カルピス コーン豆	チーズ ウエハース
30	木	炒めビーフン 金平茼蒿	ビーフン 豚肉 人参 玉葱 キャベツ サリナス 干し椎茸 しめじ ピーマン 蒲鉾 中華あじ 金平茼蒿 胡麻	ミルク いとこ煮	小豆 さつま芋 砂糖	チーズ バナナ
31	金	鶏肉のさっぱり煮 マカロニサラダ	鶏肉 酢 砂糖 醤油 みりん トマト マカロニ 人参 胡瓜 ハム コーン マヨネーズ	ミルク ハロウィンケーキ	パンケーキ ホイップクリーム マーブルチョコ	野菜スティック ベジタブルカステラ