

令和7年度

10月の献立表(2~5歳児)

幼保連携型認定こども園 近田幼稚園

日	献立	(赤) 血や肉になる食品	(緑) 体の調子を整える食品	(黄) 働く力になる食品	3時のおやつ
1 水 A	筋肉もりもり ツナごはん 体に良い 酢の物 味噌ラーメン	ツナ ハム 豚肉 味噌	人参 キャベツ きゅうり えのき 玉ねぎ 白菜 もやし コーン ねぎ	電子七分つき米 砂糖 そば	黒糖パン 黒糖 小麦粉 ベーキングパウダー
2 木 B	ごはん ジューシー 鶏つくね 骨が強い ひじきサラダ 味噌汁(ほうれん草 うすあげ)	鶏ミンチ ひじき ハム うすあげ 味噌	人参 しいたけ れんこん 玉ねぎ きゅうり コーン ほうれん草 ねぎ	電子七分つき米 片栗粉 砂糖 マヨネーズ	ゆかりにぎり ゆかり 電子七分つき米
3 金 B	さつまいもごはん 風邪に負けない 魚のごま焼き 歯が強い コーンとわかめの和え物 力が強い 味噌汁(根菜)	魚の切り身 わかめ 味噌	キャベツ コーン 人参 大根 ごぼう れんこん ねぎ	電子七分つき米 さつまいも ごま 砂糖	★バナナ
4 土 B	ごはん 元気になる 酢豚 栄養たっぷり 中華サラダ わかめスープ	豚肉 ハム わかめ	玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ きゅうり コーン もやし ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉 春雨	★玉ねぎさん太郎
6 月 B	運動会頑張ろう! ごはん ウインナーのフリッター 踊りが上手になる 野菜のチャプチェ 賢くなる味噌汁(南瓜)	ウインナー 卵 ツナ 味噌	玉ねぎ 人参 しいたけ きゅうり ニラ 南瓜 ねぎ	電子七分つき米 小麦粉 糸こんにゃく	ジャムサンド ジャム 食パン
7 火 B	運動会頑張ろう! ごはん 友達と頑張れる 魚の味噌マヨ焼き 元気な声が出る ごま和え 吸い物(豆腐 まいたけ)	魚の切り身 味噌 豆腐	ブロッコリー キャベツ 小松菜 しめじ 人参 まいたけ 長ねぎ	電子七分つき米 マヨネーズ ごま 砂糖	蒸し芋 さつまいも
8 水 A	運動会頑張ろう! ごはん 力が付くミンチとマカロニの卵とじ 頭が良くなる 大豆スープ	鶏ミンチ 卵 ウインナー 大豆	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー エリンギ しめじ コーン 大根	電子七分つき米 マカロニ 砂糖	どら焼き 小豆 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
9 木 B	運動会頑張ろう! ごはん 足が速くなる 鶏肉のチーズ焼き かっこよくなる 春雨サラダ スープ(れんこん)	鶏肉 チーズ ベーコン	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ トマト キャベツ きゅうり コーン れんこん パセリ	電子七分つき米 砂糖 春雨	★バナナ
10 金 B	運動会頑張ろう! ごはん 姿勢が良くなる 魚の味噌煮込み 運動会勝てるかも? 南瓜のそぼろ煮 吸い物(きのこ)	魚の切り身 味噌 鶏ミンチ	白菜 南瓜 しょうが しいたけ えのき まいたけ 長ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉	ツナパン ツナ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
11 土 特	元気もりもり 肉やさい丼 大根サラダ 味噌汁(ふ)	牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 しめじ 大根 きゅうり コーン	電子七分つき米 マヨネーズ ふ	★ぼんち揚げ ★ラムネ
15 水 A	ごはん 美味しい 焼きそば 気持ちが落ち着く 吸い物(卵 ほうれん草)	豚ミンチ 卵	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ねぎ ほうれん草	電子七分つき米 そば	コーンにぎり コーン 電子七分つき米
16 木 B	ごはん 筋肉がつく ポークチャップ タンパク質たっぷり ツナサラダ 味噌汁(豆腐 わかめ)	豚ロース ツナ 豆腐 わかめ 味噌	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ キャベツ きゅうり コーン	電子七分つき米 砂糖 マヨネーズ	あんサンド 小豆 食パン
17 金 B	ごはん かっこよくなる 煮魚 よく噛んで食べよう! 五目豆 味噌汁(玉ねぎ さつまいも)	魚の切り身 大豆 ちくわ 味噌	大根 人参 れんこん ごぼう 玉ねぎ ねぎ	電子七分つき米 砂糖 こんにゃく さつまいも	★バナナ
18 土 特	ふんわり卵の 天津飯 春雨スープ	卵 わかめ	玉ねぎ 人参 しいたけ レタス えのき もやし ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉 春雨	★たべっ子どうぶつ
20 月 A	ごはん 肌が綺麗になる 南瓜のチーズ焼き トマトが好きな ミネストローネ	ウインナー チーズ	南瓜 玉ねぎ ブロッコリー エリンギ 大根 トマト パセリ	電子七分つき米 里芋 マカロニ	さつまいもパン さつまいも 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
21 火 B	ごはん 野菜が美味しい 魚のちゃんちゃん焼き 目が良くなる ブロッコリーの和え物 吸い物(ふ うすあげ)	魚の切り身 味噌 ツナ うすあげ	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ えのき ブロッコリー	電子七分つき米 砂糖 春雨 ふ	ウインナーにぎり ウインナー 七分つき米
22 水 特	元気もりもり 豚丼 豆汁	豚肉 大豆	玉ねぎ 人参 小松菜 えのき れんこん ごぼう ねぎ	電子七分つき米 糸こんにゃく	ラスク 食パン バター 砂糖
23 木 A	ごはん 骨が強い 厚揚げマーボー みんな大好き ワンタンスープ	鶏ミンチ 厚揚げ	玉ねぎ 人参 しめじ しいたけ ニラ レタス もやし ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉 ワンタンの皮	バナナケーキ バナナ 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
24 金 B	ごはん 背が伸びる 魚のマヨネーズ焼き 野菜のゆかり和え 味噌汁(うすあげ 里芋)	魚の切り身 うすあげ 味噌	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 小松菜 ねぎ	電子七分つき米 マヨネーズ 里芋	焼きうどん うどん ツナ もやし ねぎ
25 土 B	ごはん 和風パスタ ハムサラダ スープ(レタス)	ウインナー ハム ベーコン	しいたけ えのき しめじ キャベツ きゅうり レタス	電子七分つき米 スパゲティ マヨネーズ	★さやえんどう
27 月 A	ごはん トルティージャ・エスパニョーラ 野菜スープ	卵	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ ブロッコリー コーン 大根 キャベツ	電子七分つき米 じゃがいも 砂糖	白玉きなこ 白玉粉 きな粉 砂糖
28 火 特	誕生会 おめでとう! カレーライス 栄養たっぷり ひじきとツナの炒め物 お祝い赤飯 お菓子 プリン	牛肉 ひじき ツナ 小豆	玉ねぎ 人参 南瓜 キャベツ コーン	電子七分つき米 もち米	チーズパン チーズ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
29 水 A	ごはん 近田風 あんかけ焼きそば 卵たっぷりニラのスープ	豚肉 卵 わかめ	玉ねぎ 人参 キャベツ 白菜 小松菜 えのき ニラ もやし	電子七分つき米 そば 片栗粉	ごまにぎり ごま 電子七分つき米
30 木 特	みんな大好きマーボー豆腐丼 中華スープ	豚ミンチ 豆腐	玉ねぎ 小松菜 人参 白菜 しいたけ もやし ねぎ	電子七分つき米 片栗粉	ウインナーパン ウインナー 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
31 金 B	ごはん 頭が良くなる 魚の塩焼き 姿勢が良くなる 和え物 美味しい ごまスープ	魚の切り身 ツナ 味噌	キャベツ しめじ 小松菜 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 ねぎ	電子七分つき米 砂糖 ごま 里芋	★バナナ

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。

♪ 天候等により、献立、食材がやむを得ず変更になることがあります。ご了承ください。

令和7年度		10 月 の 献 立 表 (0・1歳児)		幼保連携型認定こども園	近田幼稚園
日	献 立	(赤) 血や肉になる食品	(緑) 体の調子を整える食品	(黄) 働く力になる食品	3時のおやつ
1 水 A	ツナごはん 和え物 味噌ラーメン	ツナ ハム 豚肉 味噌	人参 キャベツ きゅうり えのき 玉ねぎ 白菜 もやし コーン ねぎ	電子七分つき米 砂糖 そば	黒糖パン 黒糖 小麦粉 ベーキングパウダー
2 木 B	ごはん 鶏つくね ひじきサラダ 味噌汁 (ほうれん草 うすあげ)	鶏ミンチ ひじき ハム うすあげ 味噌	人参 しいたけ れんこん 玉ねぎ きゅうり コーン ほうれん草 ねぎ	電子七分つき米 片栗粉 砂糖	ゆかりにぎり ゆかり 電子七分つき米
3 金 B	さつまいもごはん 魚のごま焼き コーンとわかめの和え物 味噌汁 (根菜)	魚の切り身 わかめ 味噌	キャベツ コーン 大根 ごぼう れんこん ねぎ	電子七分つき米 さつまいも ごま 砂糖	★バナナ
4 土 B	ごはん 豚肉の炒め物 中華サラダ わかめスープ	豚肉 ハム わかめ	玉ねぎ 人参 ビーマン しいたけ きゅうり コーン もやし ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉 春雨	★玉ねぎさん太郎
6 月 B	ごはん 焼きウインナー 野菜のチャプチェ 味噌汁 (南瓜)	ウインナー ツナ 味噌	玉ねぎ 人参 しいたけ きゅうり 南瓜 ねぎ	電子七分つき米 春雨	ジャムサンド ジャム 食パン
7 火 B	ごはん 魚の味噌煮込み ごま和え 吸い物 (豆腐 まいたけ)	魚の切り身 味噌 豆腐	ブロッコリー キャベツ 小松菜 しめじ 人参 まいたけ 長ねぎ	電子七分つき米 ごま 砂糖	蒸し芋 さつまいも
8 水 A	ごはん ミンチとマカロニの卵とじ 大豆スープ	鶏ミンチ 卵 ウインナー 大豆	玉ねぎ 人参 ビーマン ブロッコリー エリンギ しめじ コーン 大根	電子七分つき米 マカロニ 砂糖	どら焼き 小豆 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
9 木 B	ごはん 鶏肉のトマト煮 春雨サラダ スープ (れんこん)	鶏肉 ベーコン	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ トマト キャベツ きゅうり コーン れんこん	電子七分つき米 砂糖 春雨	★バナナ
10 金 B	ごはん 魚の味噌煮込み 南瓜のそぼろ煮 吸い物 (きのこ)	魚の切り身 味噌 鶏ミンチ	白菜 南瓜 しいたけ えのき まいたけ 長ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉	ツナパン ツナ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
11 土 特	肉やさい丼 大根サラダ 味噌汁 (ふ)	牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 しめじ 大根 きゅうり コーン	電子七分つき米 ふ	★ぼんち揚げ ★ラムネ
15 水 A	ごはん 焼きそば 吸い物 (卵 ほうれん草)	豚ミンチ 卵	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ねぎ ほうれん草	電子七分つき米 そば	コーンにぎり コーン 電子七分つき米
16 木 B	ごはん 豚肉の煮物 ツナサラダ 味噌汁 (豆腐 わかめ)	豚肉 ツナ 豆腐 わかめ 味噌	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ キャベツ きゅうり コーン	電子七分つき米 砂糖	あんサンド 小豆 食パン
17 金 B	ごはん 煮魚 五目豆 味噌汁 (玉ねぎ さつまいも)	魚の切り身 大豆 ちくわ 味噌	大根 人参 れんこん ごぼう 玉ねぎ ねぎ	電子七分つき米 砂糖 さつまいも	★バナナ
18 土 特	天津飯 春雨スープ	卵 わかめ	玉ねぎ 人参 しいたけ レタス えのき もやし ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉 春雨	★たべっ子どうぶつ
20 月 A	ごはん 蒸し南瓜 ミネストローネ	ウインナー	南瓜 玉ねぎ ブロッコリー エリンギ 大根 トマト パセリ	電子七分つき米 じゃがいも マカロニ	さつまいもパン さつまいも 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
21 火 B	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き ブロッコリーの和え物 吸い物 (ふ うすあげ)	魚の切り身 味噌 ツナ うすあげ	玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ えのき ブロッコリー	電子七分つき米 砂糖 春雨 ふ	ウインナーにぎり ウインナー 電子七分つき米
22 水 特	豚丼 豆汁	豚肉 大豆	玉ねぎ 人参 小松菜 えのき れんこん ごぼう ねぎ	電子七分つき米 春雨	ラスク 食パン バター 砂糖
23 木 A	ごはん マーボー豆腐丼 ワンタンスープ	鶏ミンチ 豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ しいたけ レタス もやし ねぎ	電子七分つき米 砂糖 片栗粉 ワンタンの皮	バナナケーキ バナナ 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
24 金 B	ごはん 魚のケチャップ焼き 野菜のゆかり和え 味噌汁 (うすあげ じゃがいも)	魚の切り身 うすあげ 味噌	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 小松菜 ねぎ	電子七分つき米 砂糖 じゃがいも	焼きうどん うどん ツナ もやし ねぎ
25 土 B	ごはん 和風パスタ ハムサラダ スープ (レタス)	ウインナー ハム ベーコン	しいたけ えのき しめじ キャベツ きゅうり レタス	電子七分つき米 スパゲティー	★さやえんどう
27 月 A	ごはん スパニッシュオムレツ 野菜スープ	卵	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ ブロッコリー コーン 大根 キャベツ	電子七分つき米 じゃがいも 砂糖	マカロニきなこ マカロニ きな粉 砂糖
28 火 特	誕生会 カレーライス ひじきとツナの炒め物 赤飯 お菓子 プリン	牛肉 ひじき ツナ 小豆	玉ねぎ 人参 南瓜 キャベツ コーン	電子七分つき米 もち米	チーズパン チーズ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
29 水 A	ごはん あんかけ焼きそば 卵スープ	豚肉 卵 わかめ	玉ねぎ 人参 キャベツ 白菜 小松菜 えのき もやし	電子七分つき米 そば 片栗粉	ごまにぎり ごま 電子七分つき米
30 木 特	マーボー豆腐丼 中華スープ	豚ミンチ 豆腐	玉ねぎ 小松菜 人参 白菜 しいたけ もやし ねぎ	電子七分つき米 片栗粉	ウインナーパン ウインナー 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
31 金 B	ごはん 魚の塩焼き 和え物 ごまスープ	魚の切り身 ツナ 味噌	キャベツ しめじ 小松菜 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 ねぎ	電子七分つき米 砂糖 ごま じゃがいも	★バナナ

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。
♪ 天候等により、献立、食材がやむ得ず変更になることがあります。ご了承ください。