

令和8年10月献立予定表

令和8年9月18日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子を整える	おやつ	エネルギー
1	木	ごはん 中華風ローストチキン パンサンスー 青梗菜のスープ	鶏もも肉 錦糸卵 ハム	白米 ごま 砂糖 ごま油 春雨 ミックス粉 さつまいも	にんにく 生姜 きゅうり 人参 チンゲン菜 えのき	さつまいも蒸しパン	579
2	金	お弁当デー		白米	ゆかり	ゆかりおにぎり	121
3	土	運動会					
5	月	雑穀ごはん 魚の照り焼き 野菜のおかか和え 味噌汁	魚 かつお節 油揚げ 味噌 牛乳	白米 雑穀米 砂糖 じゃがいも ミックス粉	にんにく 生姜 キャベツ きゅうり 人参 小ねぎ かぼちゃ	かぼちゃ蒸しパン	504
6	火	ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ缶	牛こま肉 わかめ じゃこ	白米 砂糖 ごま ごま油	もやし ほうれん草 人参 生姜 玉ねぎ もも缶 しそ	じゃこと大葉の おにぎり	641
7	水	ごはん スパニッシュオムレツ 人参サラダ 野菜スープ	卵 牛乳 ベーコン チーズ ツナ	白米 じゃがいも コーン 薄力粉 チョコチップ ココア パター	ほうれん草 ケチャップ 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ えのき パセリ	チョコココア クッキー	595
8	木	ごはん 鶏肉のから揚げ チョレギサラダ スーミータン	鶏もも肉 卵 わかめ かつお節	白米 ごま油 薄力粉 片栗粉 クリームコーン ごま	にんにく 生姜 キャベツ きゅうり 人参 小ねぎ 小松菜	青菜おにぎり	615
9	金	キーマカレー 野菜のフレンチ和え ミルクゼリー	合挽肉 アガー	白米 カレールウ じゃがいも 砂糖 オリーブ油 ミックス粉 サラダ油	玉ねぎ 人参 にんにく トマトピューレ ブロッコリー キャベツ きゅうり みかん缶	ちんすこう	582
10	土	豚丼 味噌汁	豚こま肉 油揚げ 味噌	白米 砂糖	玉ねぎ にんにく 生姜 長ねぎ 白菜 人参 小ねぎ	おかし	410
12	月	(祝)スポーツの日					
13	火	わかめ麦ごはん タイピーエン 野菜の中華風梅和え	わかめ 豚こま肉 かまぼこ 牛乳	白米 押麦 春雨 ごま油 砂糖 ミックス粉	白菜 玉ねぎ たけのこ 人参 キクラゲ 干椎茸 ブロッコリー ねり梅 いちご いちごジャム レモン果汁	いちごジャム 蒸しパン	553
14	水	ごはん 鶏肉の胡麻味噌焼き 野菜の磯和え すまし汁	鶏もも肉 味噌 刻みのり ウインナー	白米 ごま 砂糖 パター	生姜 キャベツ もやし 人参 えのき ほうれん草 パセリ	ウインナーおにぎり	567
15	木	ごはん 魚の和風マリネ マカロニサラダ 牛乳	魚 牛乳 卵	白米 薄力粉 油 マカロニ コーン マヨネーズ ミックス粉 パター	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり	マドレーヌ	699
16	金	雑穀ごはん 豚肉の生姜焼き 大根の和風サラダ	豚こま肉 かつお節	白米 雑穀米 砂糖 ごま ごま油	玉ねぎ 人参 大根 きゅうり 高菜漬け	たかなおにぎり	516
17	土	ジャージャー麺風 中華スープ	豚ひき肉 味噌	中華麺 砂糖 片栗粉 ごま油	長ねぎ たけのこ 生姜 玉ねぎ 白菜 干椎茸 小ねぎ	おかし	435
19	月	ごはん 鶏肉のオニオントマト煮 ポパイサラダ 牛乳	鶏もも肉 かまぼこ じゃこ 牛乳	白米 マヨネーズ コーンフレーク バター マシュマロ	玉ねぎ しめじ トマト缶 ケチャップ トマトピューレ ほうれん草 キャベツ 人参	コーンフレークバー	527
20	火	ごはん 麻婆豆腐 野菜のナムル 牛乳	豆腐 合挽肉 味噌 牛乳 かつお節	白米 片栗粉 ごま油 ごま	玉ねぎ 人参 にら 生姜 もやし ほうれん草 ねり梅	梅おかか おにぎり	618
21	水	雑穀ごはん のっぺい汁 さっぱりごぼうサラダ	鶏こま肉 ハム じゃこ ヨーグルト	白米 雑穀米 里芋 こんにゃく 片栗粉 薄力粉 パター	大根 人参 干椎茸 小ねぎ ごぼう きゅうり	ヨーグルトスコーン	511
22	木	ごはん フィッシュ南蛮 野菜の塩昆布和え 味噌汁	魚 味噌 塩昆布 牛乳	白米 薄力粉 タルタルソース 片栗粉 里芋 ミックス粉	玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり 人参 小ねぎ りんご缶	りんご蒸しパン	554
23	金	おたのしみメニュー	焼きのり	白米		のり巻きおにぎり	120
24	土	中華丼 豆腐のスープ	豚こま肉 かまぼこ 豆腐	白米 ごま油 片栗粉	白菜 玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ たけのこ キクラゲ 小松菜 小ねぎ	おかし	366
26	月	麦ごはん 魚の西京焼き 野菜のごま和え すまし汁	魚 味噌 わかめ	白米 押麦 ごま コーン	もやし 小松菜 人参 玉ねぎ ケチャップ	ケチャップ おにぎり	487
27	火	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き グリーンサラダ オニオンスープ	鶏もも肉 牛乳	白米 マヨネーズ コーン オリーブ油 バター ミックス粉 チョコチップ	ブロッコリー キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ	チョコチップ蒸しパン	676
28	水	鮭の混ぜごはん 豚汁 コールスローサラダ	鮭フレーク 豚こま肉 味噌 塩昆布	白米 ごま 里芋 こんにゃく マヨネーズ	小松菜 大根 玉ねぎ 長ねぎ 人参 干椎茸 キャベツ きゅうり	塩昆布おにぎり	554
29	木	雑穀ごはん 鶏レバーの味噌煮 炒めビーフン オレンジゼリー	鶏レバー 味噌 かまぼこ アガー	白米 雑穀米 ビーフン ごま油 淡雪麩 パター	玉ねぎ 人参 にら キャベツ ピーマン オレンジジュース	麩のラスク	511
30	金	ごはん スコップコロケ ブロッコリーサラダ パンプキンスープ (ハロウィン会)	合挽肉 牛乳 生クリーム わかめ	白米 じゃがいも パン粉 コーン マヨネーズ パター	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ かぼちゃ	わかめおにぎり	592
31	土	肉うどん 野菜のゆかり和え	牛こま肉 豚こま肉	うどん	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ キャベツ きゅうり ゆかり	おかし	409

※材料はすべて（昼食・おやつ）一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合があります。



『収穫の秋』

秋は実りの秋です。新米、さんま、いも類、きのこ、果実など秋はおいしい食材が沢山です。旬の食材には栄養も豊富です。秋の味覚を存分に味わって、風邪などにも負けず、毎日元気にいっぱい過ごしましょう。



『ハロウィン』



ハロウィンといえば、仮装をした子ども達が”トリック オア トリート”（お菓子をくれなきゃ、いたずらするぞ!）と玄関先で声をかけてお菓子をねだる様子が名物です。お菓子を渡すことで悪霊を追い払うなどの意味が込められているようです。



『お弁当デーについて』

10月2日がお弁当デーです。お弁当、水筒、お箸の用意をお願いします。0・1歳児クラスはスプーンとフォークを用意します。