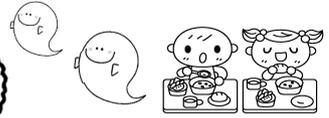


2025年



10月 こんだてひょう



三ツ境たんぽぽ保育園

日	曜	朝おやつ	昼食	3色分類			午後おやつ		
				黄 (カや体温のもとになる)	あか (体をつくる・血や肉になる)	みどり (体の調子を整える)			
27	月	小麦胚芽のクラッカー	ご飯 みそ汁 鶏肉のカレー風味焼き きゅうりの酢の物	七分つき米、さつまいも、黒砂糖、マヨネーズ(卵不使用)、砂糖	牛乳、豆乳、鶏もも(皮なし)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン	きゅうり、オレンジ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、わかめ、にんにく	秋の味覚プリン 果物 牛乳		
14	28	火	1歳児: プレーンビスケット 2歳児: こぎかな	ご飯 みそ汁 さかなの風味照り焼き れんこんのきんぴら	七分つき米、フランスパン、無塩バター、砂糖、油、ごま油	牛乳、さわら、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、粉チーズ いわし(田作り):2歳児	りんご、れんこん、にんじん、たまねぎ、ごま、あおのり	カルシウムラスク 果物 牛乳	
1	15	29	水	ミレービスケット	ミートスパゲティースープ ポパイサラダ	さつまいも、マカロニスパゲティ、米粉、砂糖、油、マヨネーズ(卵不使用)、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、豚レバー	トマトピューレ、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、なし、だいこん、コーン缶、黒ごま、すりごま	さつま芋ドーナツ 果物 牛乳
2	16	30	木	プレーンビスケット	ご飯 豆腐みそ汁 さけの塩焼き こんこん和え	七分つき米、マカロニスパゲティ、砂糖、砂糖	牛乳、しるさけ、木綿豆腐、油揚げ、きな粉、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり	マカロニきな粉 果物 牛乳
3	17	金	のりものビスケット	3日:ご飯 17・31日:フランスパン スープ 鶏肉のトマト煮 さつま芋のコロコロサラダ	17日:フランスパン、七分つき米、さつまいも、油、砂糖、片栗粉 フランスパン、さつまいも、ホットケーキ粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、鶏もも(皮なし)、さけ 牛乳、鶏もも(皮なし)、ホイップクリーム	バナナ、たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、マッシュルーム、コーン缶、にんにく バナナ、たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、マッシュルーム、コーン缶、いちごジャム、にんにく	鮭おにぎり 果物 牛乳 おばけちゃん カップケーキ 果物 牛乳	
4	18	土	プレーンビスケット	ちゃんぽん麺 ブロッコリーのおかか和え	ゆで中華めん、ごま油	牛乳、ヨーグルト、豆乳、豚肉(肩ロース) 赤身、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	ブロッコリー、キャベツ、緑豆もやし、にんじん、コーン缶	ヨーグルト 胚芽ビスケット 牛乳	
6	20	月	小麦胚芽のクラッカー	ご飯 みそ汁 鶏肉のごま照り焼き おからの納豆あえ	七分つき米、小麦粉、砂糖、油	牛乳、鶏肉もも(皮なし)、ひきわり納豆、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、かつお節	バナナ、たまねぎ、オクラ、えのきたけ、ごま、しょうが、あおのり	ココアケーキ 果物 牛乳	
7	21	火	1歳児: プレーンビスケット 2歳児: こぎかな	ご飯 すまし汁 さかなのグラタン風 三色サラダ	さつまいも、七分つき米、じゃがいも、マヨネーズ(卵不使用)、砂糖、油、水あめ、パン粉	牛乳、かじき、絹ごし豆腐、とろけるチーズ いわし(田作り):2歳児	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ごま、わかめ	大学芋 果物 牛乳	
8	22	水	ミレービスケット	かぼチキカレー スープ コールスローサラダ	さつまいも、七分つき米、砂糖、マヨネーズ、油	牛乳、鶏もも(皮なし)、豆乳、生クリーム	たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、かき、にんじん、みかん缶、だいこん、コーン缶、わかめ	スイートポテト 果物 牛乳	
9	23	木	プレーンビスケット	ご飯 豆腐みそ汁 カレーの照り焼き 大豆とひじきの煮物	七分つき米、砂糖	牛乳、カレイ、木綿豆腐、蒸し大豆、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン	りんご濃縮果汁、りんご、にんじん、たまねぎ、いんげん、ひじき、レモン果汁、わかめ	すりおろしりんごゼリー ビスケット 牛乳	
10	24	金	のりものビスケット	フランスパン スープ 鶏肉のパン粉焼き 彩りサラダ	フランスパン、ホットケーキ粉、じゃがいも、砂糖、マヨネーズ(卵不使用)、パン粉、オリーブ油 フランスパン、七分つき米、じゃがいも、マヨネーズ(卵不使用)、パン粉、オリーブ油、砂糖	牛乳、鶏もも(皮なし)、調製豆乳、生クリーム、まぐろ、粉チーズ 牛乳、まぐろ、粉チーズ	バナナ、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、にんにく バナナ、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、にんにく	運動会楽しんでね カップケーキ 果物 牛乳 和風ツナおにぎり 果物 牛乳	
25	土	小麦胚芽のビスケット	ドライカレーライス スープ いんげんとコーンの和え物	七分つき米、さつまいも、油	牛乳、豚ひき肉	バナナ、たまねぎ、いんげん、にんじん、だいこん、ピーマン、干しぶどう、コーン缶、にんにく、しょうが	おせんべい 果物 牛乳		

給食MEMO

- ★献立表に記載の食材は必ず確認して下さい。
- ★行事、その他の都合により献立を変更することがあります。
- ★午前のおやつは乳児クラスに提供します。麦茶が付きます。
- ★10月提供予定のくだもの:りんご、オレンジ、バナナ、梨 (入荷状況により変わります。)午後おやつと一緒に果物を提供します。