

きゅうしょくだより

★予定献立表★（材料の都合上献立を変更することがあります。）

令和7年10月1日

曜 日	月	火	水	木	金
日 付			1	2	3
副 食	 「食欲の秋」といわれる理由  秋はお米やいも類、木の実やきのこなど様々な作物が実る時期です。おいしいものがたくさんあるということもありますが、秋は気温が下がり、冬に向けて体温を維持するためにより多くのエネルギーを必要とするので、食欲がわいてくるといわれています。  		めんちかつ とまとさだ みそしる	おやこに いか(そーせーじ)のてんぷら みそしる	おべんとうのひ 
主 食	秋はお米やいも類、木の実やきのこなど様々な作物が実る時期です。おいしいものがたくさんあるということもありますが、秋は気温が下がり、冬に向けて体温を維持するためにより多くのエネルギーを必要とするので、食欲がわいてくるといわれています。		ごはん	ごはん	
10時のおやつ(未満児)			牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ			おかし・乳酸菌飲料	くつきー・牛乳	せんべい・じゅーす
主な使用食品 (調味料等除く)			メンチカツ、キャベツ、トマト、レタス きゅうり、コーン、いりごま、卵、人参 にら	卵、ほうれん草、人参、玉ねぎ、干しいたけ 鶏肉、高野豆腐、なると、もやし、油あげ いかなの天ぷら(3～5歳児) ソーセージの天ぷら(2歳児)	
行 事					
日 付	6	7	8	9	10
副 食	うさぎがたはんばーぐ こーするーさだ こんそめすーぷ じゅうごやでぎーと	さけのもみじやき いもきんぴら みそしる	いりどり わかめととうふのさだ みそしる	きっしゅ きやべつのしらすあえ すましじる	やきそば ちゅうかすーぷ くだものぜりー
主 食	ごはん	ごはん	もちむぎごはん	ごはん	ちゅうかめん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえは一す	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	どーむけーき・牛乳	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	おかし・牛乳	せんべい・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	ハンバーグ、玉ねぎ、しめじ、トマトピューレ、 キャベツ、人参、コーン、ウインナー、 マカロニ、ほうれん草、十五夜デザート、 ドームケーキ	鮭、人参、粉チーズ、レタス、芋、ピーマン、 高野豆腐、玉ねぎ	鶏肉、ナルト、さつまいも、人参、ごぼう 干しいたけ、こんにゃく、グリーンピース 海藻サラダ、木綿豆腐、水菜、すり身 玉ねぎ、にら	ほうれん草、芋、人参、チーズ、ベーコン、 長いも、卵、ブロッコリー、キャベツ、 混ぜ込みしらす、花魁、水菜、干しいたけ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ ピーマン、豚肉、青のり、小松菜、 焼きちくわ、果物ゼリー
行 事	じゅうごや				
日 付	13	14	15	16	17
副 食	すぽーつのひ 		ほっけふらい さんしょくやさいのごまずあえ すましじる	いりどうふはんばーぐ だいこんのにも みそしる	しらゆきさだ みそしる
主 食	スポーツの日 		ごはん	かわりどん(ぶたどん)	うどん
10時のおやつ(未満児)			牛乳・うえは一す	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ			おかし・牛乳	おかし・牛乳	せんべい・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)			ホッケフライ、キャベツ、春雨、きゅうり、人参 ローズハム、もやし、卵、白すりごま はんぺん、水菜	炒り豆腐ハンバーグ、枝豆、大根、人参、 干椎茸、絹厚揚げ、キャベツ、焼くわ	豚肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、おから きゅうり、レタス、パプリカ、しめじ、南瓜 油揚げ
行 事					
日 付	20	21	22	23	24
副 食	とんかつ はるさめのつなまよさだ みそしる	さわらのてりやき あおばなっとう みそしる	たまごのあんかけ かぼちゃさだ みそしる	とりにくのとまとにこみ たまごのさんしょくさだ こーんすーぷ	しょうゆらーめん けーき
主 食	ごはん	ごはん	じゅうろっこくごはん	ぱん	らーめん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえは一す	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	たいやき・おちゃ	くつきー・牛乳	おかし・牛乳	やきおにぎり・おちゃ	せんべい・かつげん
主な使用食品 (調味料等除く)	とんかつ、キャベツ、春雨、シーチキン、 きゅうり、人参、ローズハム、高野豆腐、 あおさ、玉ねぎ、たい焼き	さわら、ブロッコリー、ほうれん草、 ひきわり納豆、いりごま、人参、もやし、 にら、卵	卵、玉ねぎ、ピーマン、カニカマ、南瓜、 レーズン、チーズ、パセリ粉、人参、 焼きちくわ、えのき	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、トマトピューレ マカロニ、卵、人参、きゅうり、レタス、コーン クルトン、パセリ粉、焼きおにぎり	人参、白菜、もやし、卵、玉ねぎ、メンマ 焼き豚、ナルト、ケーキ
行 事	1号認定 代休				おたんじょうかい
日 付	27	28	29	30	31
副 食	あげぎょうざ もやしとわかめの ごまずあえ ちゅうかすーぷ	あげたらのおろしがけ きやべつとにんじんの おかかあえ みそしる	にくじゃが あげごぼう みそしる	なほりたん こんそめすーぷ くだものぜりー	はろういんかれー ふる一つさだ はろういんでぎーと
主 食	ごはん	ごはん	ごはん	すばげてい	ごはん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえは一す	牛乳・せんべい	牛乳・くつきー	牛乳・くらっかー
3時のおやつ	おまんじゅう・おちゃ	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	せんべい・牛乳	おかし・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	餃子、枝豆、もやし、海藻サラダ、カニカマ 絹厚揚げ、チンゲン菜、玉ねぎ、人参、 お饅頭	たら、大根、ブロッコリー、キャベツ、人参 かつお節、卵、にら	豚肉、芋、人参、玉ねぎ、つきこん グリーンピース、ごぼう、いりごま、なめこ 木綿豆腐	人参、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー トマトピューレ、ほうれん草、ベーコン 果物ゼリー	鶏肉、人参、玉ねぎ、芋、グリーンピース コロッケ、福神漬、キウイ、みかん、バナナ、 りんご、パイン缶、黄桃、白桃、 ハロウィンデザート
行 事					ハロウィン

☆特定の食品に対してアレルギーをもつ子には、ある程度の除去食もしくは代替食を提供しています。

☆年齢により、献立が変更になることがあります。

☆土曜保育を希望する子には、牛乳・パン・おやつを提供しています。

☆天候不順や価格高騰などの影響により、メニューが変更になることがあります。