

令和7年

10月献立表

新生さくら保育園

日	曜	献立名	献立材料名			おやつ	
			熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	午 後	材 料 名
1	水	ポトフ ほうれん草のソテー ミルクロールパン もみじゼリー	じゃが芋 バター ミルクロールパン さとう	ウィンナー（無着色）	キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 もやし コーン缶 100%オレンジジュース アガー トマトジュース	タヤけごはん 牛乳	米 だし昆布 人参 焼くわ しょうゆ 牛乳(飲料用)
2	木	厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 わかめのみそ汁 ごはん	じゃが芋 ごま油 さとう 片栗粉 米	生揚げ 豚挽肉 白みそ	玉ねぎ 人参 あさつき 乾燥わかめ もやし ねぎ	さつま芋蒸しパン 牛乳	小麦粉 さとう ベーキングパウダー 水 さつま芋 牛乳(飲料用)
3	金	鮭の西京焼き 根菜のきんぴら 玉ねぎのすまし汁 ごはん	三温糖 さつま芋 ごま油 いりごま 小玉麴 米	生さけ 西京みそ	ごぼう 人参 さやいんげん 玉ねぎ えのき茸	スイートポテトサンド 牛乳	食パン10枚切り さつま芋 バター さとう 調製豆乳 牛乳(飲料用)
4	土	しょうゆラーメン 餃子	中華そば ごま油	豚肉（もも） 豚挽肉	ねぎ もやし 人参 コーン缶 おろしにんにく にら キャベツ	鮭おにぎり	米 鮭フレーク
5	日						
6	月	お月見豆腐そぼろ丼 人参のごま和え なめこのみそ汁 うさぎゼリー	油 米 三温糖 すりごま さとう	豆腐 油揚げ 豚挽肉 スライスチーズ 赤みそ 調製豆乳	ごぼう ねぎ 人参 もやし さやいんげん なめこ 乾燥わかめ あさつき 100%オレンジジュース アガー	きなこおはぎ 牛乳	米 もち米 きな粉 さとう 塩 牛乳(飲料用)
7	火	さばの味噌煮 秋野菜の塩焼き 豆腐と白菜のすまし汁 ごはん 柿 J・幼組はバナナ	さとう じゃが芋 油 米	さば 赤みそ 豆腐	おろししょうが かぶ 南瓜 白菜 まいだけ 柿 バナナ	グラタントースト 牛乳	食パン10枚切り 玉ねぎ ベーコン マカロニ ビザ用チーズ 油 小麦粉 調製豆乳 塩 スープの素 牛乳(飲料用)
8	水	秋のきのこミートパスタ ココロスープ 豆乳ロールパン	スパゲッティ 油 豆乳ロールパン	豚挽肉 粉チーズ ベーコン	玉ねぎ 人参 えのき茸 しめじ ダイスタマト缶 南瓜 れんこん ねぎ	青のりツナマヨおにぎり 牛乳	米 青のり ツナ缶 しょうゆ マヨドレ おにぎり用のり 牛乳(飲料用)
9	木	キンパ風混ぜごはん 豆腐のチョレギ風サラダ 春雨スープ	三温糖 油 ごま油 いりごま 米 すりごま 春雨	豚肉（もも） 赤みそ 豆腐	おろしにんにく ほうれん草 人参 コーン缶 韓国のり 乾燥わかめ もやし にら しめじ	にゅうめん 牛乳	そうめん あさつき 生しいたけ 人参 だし汁 白しょうゆ みりん 牛乳(飲料用)
10	金	かに玉 キャベツの中華炒め 担々風らーめんスープ ごはん	油 三温糖 片栗粉 ごま油 いりごま 中華麺（乾） 米	かにかまぼこ 卵 焼くわ 豚挽肉 無調製豆乳 赤みそ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ キャベツ 人参 もやし	かぼちゃのホットケーキ 牛乳	小麦粉 グラニュー糖 ベーキングパウダー 塩 南瓜 調製豆乳 牛乳(飲料用)
11	土	豚丼 豆腐とにらのスープ	三温糖 片栗粉 米 しらたき	豚肉（もも） 豆腐	おろししょうが おろしにんにく 玉ねぎ しめじ ねぎ にら チンゲン菜	ハムチーズサンド	ロースハム スライスチーズ マヨドレ 食パン10枚切り
12	日						
13	月						
14	火	さつま芋チキンカレー ひじきのごまだれサラダ ヨーグルト	さつま芋 カレールウ 米 すりごま 三温糖 米油 マヨドレ	鶏もも肉 ヨーグルト	人参 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ コーン缶 ひじき	りんごクッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー 米油 さとう りんご 牛乳(飲料用)
15	水	春巻き プロッコリーの中華和え 豆腐のスープ ごはん	春巻きの皮 春雨 油 三温糖 ごま油 片栗粉 すりごま 米	豚肉（もも） 豆腐	人参 だけの水煮 干しいたけ にら しょうが ブロッコリー コーン缶 もやし 乾燥わかめ	ポテトクラッカー 牛乳	じゃが芋 米油 バセリ 片栗粉 無調製豆乳 ベーキングパウダー 塩 牛乳(飲料用)
16	木	厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 わかめのみそ汁 ごはん	じゃが芋 ごま油 さとう 片栗粉 米	生揚げ 豚挽肉 白みそ	玉ねぎ 人参 あさつき 乾燥わかめ もやし ねぎ	さつま芋蒸しパン 牛乳	小麦粉 さとう ベーキングパウダー 水 さつま芋 牛乳(飲料用)
17	金	ほうとう せいたのたまじ(じゃが芋の煮物) オレンジ	干めん じゃが芋 油 三温糖	豚肉（もも） 油揚げ 合わせ味噌 赤みそ	南瓜 人参 ごぼう 小松菜 ねぎ オレンジ	信玄餅風プリン 牛乳	無調製豆乳 きな粉 三温糖 アガー 菓子 豆乳生クリーム 黒砂糖 牛乳(飲料用)
18	土	しょうゆラーメン 餃子	中華そば ごま油	豚肉（もも） 豚挽肉	ねぎ もやし 人参 コーン缶 おろしにんにく にら キャベツ	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
19	日						
20	月	かぼちゃの焼きコロッケ ツナとキャベツのサラダ かぶのスープ 人参ピラフ	油 パン粉 三温糖 すりごま 米	豚挽肉 ツナ缶	ひじき 南瓜 玉ねぎ もやし キャベツ かぶ クリームコーン缶 ねぎ 人参 ビーマン	フルーツヨーグルト 牛乳	りんご みかん缶 バナナ プレーンヨーグルト グラニュー糖 牛乳(飲料用)
21	火	さばの味噌煮 秋野菜の塩焼き 豆腐と白菜のすまし汁 ごはん 柿 J・幼組はバナナ	さとう じゃが芋 油 米	さば 赤みそ 豆腐	おろししょうが かぶ 南瓜 白菜 まいだけ 柿 バナナ	グラタントースト 牛乳	食パン10枚切り 玉ねぎ ベーコン マカロニ ビザ用チーズ 油 小麦粉 調製豆乳 塩 スープの素 牛乳(飲料用)
22	水	ポトフ ほうれん草のソテー ミルクロールパン もみじゼリー	じゃが芋 バター ミルクロールパン さとう	ウィンナー（無着色）	キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 もやし コーン缶 100%オレンジジュース アガー トマトジュース	タヤけごはん 牛乳	米 だし昆布 人参 焼くわ しょうゆ 牛乳(飲料用)
23	木	手羽先風から揚げ 人参のごま和え なめこのみそ汁 ごはん	片栗粉 油 さとう 三温糖 すりごま 米	鶏もも肉 赤みそ	人参 もやし さやいんげん なめこ 乾燥わかめ あさつき	ポテトフライ 牛乳	じゃが芋 油 牛乳(飲料用)
24	金	すき煮 さつま芋のみそ汁 ごはん	しらたき 油 三温糖 さつま芋 米	豚肉（もも） 焼豆腐 合わせ味噌	白菜 玉ねぎ ねぎ 人参 しめじ	きなこボール 牛乳	小玉麴 バター きな粉 牛乳(飲料用)
25	土	豚丼 豆腐とにらのスープ	三温糖 片栗粉 米 しらたき	豚肉（もも） 豆腐	おろししょうが おろしにんにく 玉ねぎ しめじ ねぎ にら チンゲン菜	ハムチーズサンド	ロースハム スライスチーズ マヨドレ 食パン10枚切り
26	日						
27	月	かに玉 キャベツの中華炒め 担々風らーめんスープ ごはん	油 三温糖 片栗粉 ごま油 いりごま 中華麺（乾） 米	かにかまぼこ 卵 焼くわ 豚挽肉 無調製豆乳 赤みそ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ キャベツ 人参 もやし	かぼちゃのホットケーキ 牛乳	小麦粉 グラニュー糖 ベーキングパウダー 塩 南瓜 調製豆乳 牛乳(飲料用)
28	火	キンパ風混ぜごはん 豆腐のチョレギ風サラダ 春雨スープ	三温糖 油 ごま油 いりごま 米 すりごま 春雨	豚肉（もも） 赤みそ 豆腐	おろしにんにく ほうれん草 人参 コーン缶 韓国のり 乾燥わかめ もやし にら しめじ	にゅうめん 牛乳	そうめん あさつき 生しいたけ 人参 だし汁 白しょうゆ みりん 牛乳(飲料用)
29	水	さつま芋チキンカレー ひじきのごまだれサラダ りんご J・幼組はバナナ	さつま芋 カレールウ 米 すりごま 三温糖 米油 マヨドレ	鶏もも肉	人参 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ コーン缶 ひじき りんご バナナ	りんごクッキー 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー 米油 さとう りんご 牛乳(飲料用)
30	木	秋のきのこミートパスタ ココロスープ 豆乳ロールパン	スパゲッティ 油 豆乳ロールパン	豚挽肉 粉チーズ ベーコン	玉ねぎ 人参 えのき茸 しめじ ダイスタマト缶 南瓜 れんこん ねぎ	青のりツナマヨおにぎり 牛乳	米 青のり ツナ缶 しょうゆ マヨドレ おにぎり用のり 牛乳(飲料用)
31	金	鮭の西京焼き 根菜のきんぴら 玉麴のすまし汁 ごはん	三温糖 さつま芋 ごま油 いりごま 小玉麴 米	生さけ 西京みそ	ごぼう 人参 さやいんげん 玉ねぎ えのき茸	スイートポテトサンド 牛乳	食パン10枚切り さつま芋 バター さとう 調製豆乳 牛乳(飲料用)

※都合により献立が変更になる場合があります。

※ノア組・ミカ組・マリヤ組は上記のほかに午前の補食があります。

※今月の行事食は、6日：十五夜献立、17日：郷土料理『山梨県』、23日：ヨハネ組お弁当箱ランチです。