

令和8年

10月 献立表

ふたば館
新生保育園

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 木	鮭のちゃんちゃん焼き さつま芋サラダ ほうれん草のすまし汁 ごはん	油 みりん じゃが芋 三温糖 さつま芋 マヨネーズ 米	合わせ味噌 生さけ しょうゆ 豆腐 白しょうゆ 牛乳(飲料用)	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし コーン缶 きゅうり ほうれん草 えのき茸 パナナ 柿	牛乳 クラッカー バナナ 柿	牛乳(飲料用) クラッカー パナナ 柿
2 金	鶏の照焼き キャベツと人参のごまあえ きのこのみそ汁 ごはん	みりん すりごま 三温糖 米 小麦粉 バター グラニュー糖	鶏肉 しょうゆ しょうゆ 赤みそ 牛乳(飲料用) 牛乳	玉ねぎ 人参 もやし キャベツ 白菜 えのき茸 しめじ	牛乳 ココアケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー バター 牛乳 純ココア グラニュー糖
3 土	肉うどん ポテトサラダ	干めん みりん 三温糖 マヨネーズ じゃが芋	豚肉 しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ きゅうり バナナ	牛乳 菓子 パナナ	牛乳(飲料用) 菓子 パナナ
4 日						
5 月	親子煮 春雨サラダ ごはん	じゃが芋 三温糖 みりん 春雨 米 小麦粉 グラニュー糖	鶏肉 卵 しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳 牛乳 ウインナー	玉ねぎ 小松菜 人参 キャベツ もやし ブロッコリー	牛乳 アメリカンドッグ風蒸しパン	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 牛乳 塩 ウインナー
6 火	メカジキの煮付け れんこんソテー 玉ねぎのみそ汁 ごはん	三温糖 油 米 マヨドレ 食パン	メカジキ しょうゆ 豚挽肉 合わせ味噌 牛乳(飲料用) ツナ缶 薄口しょうゆ	卸ししょうが れんこん キャベツ 玉ねぎ 大根 あさつき コーン缶	牛乳 ツナマヨコーンサンド	牛乳(飲料用) ツナ缶 マヨドレ 食パン 薄口しょうゆ コーン缶
7 水	トマトクリームペンネ 大根のスープ 豆乳パン	ペンネ 油 豆乳パン 米 さつま芋 黒ごま	ベーコン 牛乳 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ しめじ 人参 クリームコーン缶 トマト缶 ケチャップ 大根 えのき茸 乾燥わかめ	牛乳 さつまいもおにぎり	牛乳(飲料用) 米 塩 さつま芋 黒ごま
8 木	肉じゃが もやしの磯あえ バナナ 梨 ごはん	みりん 油 三温糖 こんにゃく じゃが芋 米	豚肉 しょうゆ しょうゆ ちくわ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 人参 ごぼう まいたけ 小松菜 もやし 刻みのみり キャベツ パナナ 梨	牛乳 菓子 ゼリー	牛乳(飲料用) 菓子 ゼリー
9 金	おざく じゃこサラダ ごはん	里芋こんにゃく みりん 油 三温糖 米 さつま芋 三温糖 油	しょうゆ 鶏肉 油揚げ しらす干し 牛乳(飲料用) きな粉	大根 人参 ごぼう キャベツ きゅうり	牛乳 安倍川風大学芋	牛乳(飲料用) さつま芋 きな粉 三温糖 油
10 土	けんちんうどん ちくわときゅうりのおかかマヨ	みりん 干めん マヨネーズ 小麦粉 バター グラニュー糖	しょうゆ 鶏肉 花かつお ちくわ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	しめじ 大根 人参 白菜 もやし きゅうり	牛乳 星のクッキー	牛乳(飲料用) 小麦粉 バター グラニュー糖
11 日						
12 月						
13 火	ビーフンスープ ツナサラダ ロールパン	ビーフン 油 三温糖 オリーブオイル ロールパン 米	しょうゆ 豚肉 ツナ缶 牛乳(飲料用) 花かつお	人参 玉ねぎ チンゲン菜 まいたけ キャベツ ブロッコリー 菜めし粉	牛乳 菜めしおにぎり	牛乳(飲料用) 米 菜めし粉 花かつお
14 水	鮭のちゃんちゃん焼き さつま芋サラダ ほうれん草のすまし汁 ごはん	みりん じゃが芋 三温糖 さつま芋 マヨネーズ 米 食パン バター グラニュー糖	合わせ味噌 生さけ しょうゆ 豆腐 白しょうゆ 牛乳(飲料用)	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし コーン缶 きゅうり ほうれん草 えのき茸	牛乳 シュガートースト	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖
15 木	中華丼 ラーメンスープ 青菜炒め	油 片栗粉 米 中華そば ごま油 米 いりごま 三温糖	白しょうゆ 豚肉 かにかまぼこ しょうゆ なると 牛乳(飲料用) ツナ缶 しょうゆ	玉ねぎ 白菜 ねぎ コーン缶 乾燥わかめ 小松菜 人参 もやし ひじき	牛乳 ツナひじきごはん	牛乳(飲料用) ツナ缶 ひじき 米 しょうゆ いりごま 三温糖
16 金	カレーライス キャベツの塩昆布あえ パナナ	じゃが芋 カレールウ 米 油 小麦粉 バター グラニュー糖	豚肉 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	人参 玉ねぎ キャベツ もやし 水菜 塩昆布 バナナ	牛乳 ココアケーキ	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー バター 牛乳 純ココア グラニュー糖
17 土	肉うどん ポテトサラダ	干めん みりん 三温糖 マヨネーズ じゃが芋 グラニュー糖 バター ホットケーキミックス	豚肉 しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	玉ねぎ きゅうり	牛乳 パウンドケーキ	牛乳(飲料用) グラニュー糖 バター ホットケーキミックス 牛乳
18 日						
19 月	親子煮 春雨サラダ ごはん	じゃが芋 三温糖 みりん 春雨 米 小麦粉 グラニュー糖	鶏肉 卵 しょうゆ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳 ウインナー	玉ねぎ 小松菜 人参 キャベツ もやし ブロッコリー	牛乳 アメリカンドッグ風蒸しパン	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 牛乳 塩 ウインナー
20 火	鯖の竜田焼き 人参サラダ 豆腐のみそ汁 一口ゼリー ごはん	片栗粉 ごま油 三温糖 オリーブオイル 米	しょうゆ さば(骨なし切身) 豆腐 赤みそ 牛乳(飲料用)	卸ししょうが 卸しんにく 人参 キャベツ コーン缶 乾燥パセリ なめこ 切干大根 バナナ りんご	牛乳 クラッカー バナナ りんご	牛乳(飲料用) クラッカー パナナ りんご
21 水	肉じゃが もやしの磯あえ ごはん	みりん 油 三温糖 こんにゃく じゃが芋 米 マヨドレ 食パン	豚肉 しょうゆ しょうゆ ちくわ 牛乳(飲料用) ツナ缶 薄口しょうゆ	玉ねぎ 人参 ごぼう まいたけ 小松菜 もやし 刻みのみり キャベツ コーン缶	牛乳 ツナマヨコーンサンド	牛乳(飲料用) ツナ缶 コーン缶 マヨドレ 食パン 薄口しょうゆ
22 木	トマトクリームペンネ 大根のスープ 豆乳パン	ペンネ 油 豆乳パン 米 さつま芋 黒ごま	ベーコン 牛乳 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ しめじ 人参 クリームコーン缶 トマト缶 ケチャップ 大根 えのき茸 乾燥わかめ	牛乳 さつまいもおにぎり	牛乳(飲料用) 米 塩 さつま芋 黒ごま
23 金	きじ焼き丼 ほうれん草とコーンサラダ なすのみそ汁	米 みりん 三温糖 コーンフレーク バター	鶏肉 しょうゆ 卵 赤みそ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ 刻みのみり コーン缶 キャベツ ほうれん草 なす えのき茸 白菜	牛乳 マシュマロクリスピー	牛乳(飲料用) コーンフレーク バター マシュマロ
24 土	けんちんうどん ちくわときゅうりのおかかマヨ	みりん 干めん マヨネーズ 小麦粉 バター グラニュー糖	しょうゆ 鶏肉 花かつお ちくわ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	しめじ 大根 人参 白菜 もやし きゅうり	牛乳 星のクッキー	牛乳(飲料用) 小麦粉 バター グラニュー糖
25 日						
26 月	豚ごぼうの混ぜごはん きゅうりのあえもの 白菜のスープ	米 三温糖 米	しょうゆ 豚肉 薄口しょうゆ 豆腐 牛乳(飲料用) 花かつお	ごぼう 人参 玉ねぎ キャベツ もやし きゅうり 白菜 えのき茸 しめじ	牛乳 菜めしおにぎり	牛乳(飲料用) 米 菜めし粉 花かつお
27 火	メカジキの煮付け れんこんソテー 玉ねぎのみそ汁 ごはん	三温糖 油 米 マカロニ 油	メカジキ しょうゆ 豚挽肉 合わせ味噌 牛乳(飲料用) ウインナー	卸ししょうが れんこん キャベツ 玉ねぎ 大根 あさつき 玉ねぎ ビーマン ケチャップ	牛乳 マカロニナポリタン	牛乳(飲料用) マカロニ ウインナー 玉ねぎ ビーマン 油 ケチャップ ソース スープの素
28 水	ビーフンスープ ツナサラダ ロールパン	ビーフン 油 三温糖 オリーブオイル ロールパン 米 いりごま 三温糖	しょうゆ 豚肉 ツナ缶 牛乳(飲料用) ツナ缶 しょうゆ	人参 玉ねぎ チンゲン菜 まいたけ キャベツ ブロッコリー ひじき	牛乳 ツナひじきごはん	牛乳(飲料用) ツナ缶 ひじき 米 しょうゆ いりごま 三温糖
29 木	おばけライス キャベツの塩昆布あえ パナナ	じゃが芋 カレールウ 米 油 グラニュー糖 油	豚肉 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用) 牛乳	人参 玉ねぎ ケチャップ キャベツ もやし 水菜 塩昆布 パナナ アガー 南瓜	牛乳 ココアパンプキン	牛乳(飲料用) アガー グラニュー糖 水 純ココア 南瓜 油 牛乳 塩
30 金	スコップチーズハンバーグ マカロニサラダ ブロッコリーのスープ ごはん	片栗粉 三温糖 マカロニ オリーブオイル 米 食パン バター グラニュー糖	合いびき肉 豆腐 ビザ用チーズ 薄口しょうゆ 牛乳(飲料用)	玉ねぎ ケチャップ きゅうり 人参 ブロッコリー 白菜 えのき茸	牛乳 シュガーラスク	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖
31 土	カレーうどん 人参サラダ	干めん 油 片栗粉 三温糖	豚肉 しょうゆ ツナ缶 牛乳(飲料用) ヨーグルト	玉ねぎ 人参 コーン缶	牛乳 菓子 ヨーグルト	牛乳(飲料用) 菓子 ヨーグルト

※献立は都合により変わる場合があります。
※9日誕生日会献立です。
※今月の果物、柿、梨、りんごはマリヤ組以上で提供します。その他はバナナの提供です。