



10月こんだて表



2025年（令和7年）井手町立玉川保育園

…歯のマークは、かみかみ献立です。しっかり噛んで食べましょう。☆…星マークはハッピーキャロット給食の日です。星形のにんじんが入っています。

ひにち	ようび	こんだて名		おもな材料名			おやつ
		0歳～5歳児	0～2歳児	き	あか	みどり	
1	水	鯖のみそ煮 小松菜のさっと煮	すまし汁		鯖・味噌・白みそ ベーコン	土生姜・ごぼう キャベツ・小松菜・人参	シュガー トースト
2	木	高野の卵とし キャベツのカレー炒め	味噌汁	じゃが芋	高野豆腐・鶏肉・卵 かまぼこ・ウインナー	玉ねぎ・人参・三度豆 キャベツ	豚まん
☆3	金	寄せ揚げ ブロッコリーのかつお和え フルーツ	味噌汁	小麦粉	大豆・ウインナー ちくわ・卵 かつお節	人参・玉ねぎ・コーン ブロッコリー きゅうり・りんご	菓子
6	月	五目すいとん汁 ひじきの煮物 フルーツ		小麦粉 さつま芋	豚肉・豆腐・油揚げ 味噌・高野豆腐 ひじき・大豆・ちくわ	人参・玉ねぎ ねぎ・白菜 三度豆・バナナ	菓子
7	火	五目ラーメン きのこことじゃこの炒め煮		中華めん・ごま油	豚肉 ちりめんじゃこ	人参・白菜・玉ねぎ・もやし ねぎ・しめじ・小松菜	マシュマロバー
8	水	魚の変わり西京焼 キャベツのサラダ もやしの味噌汁		ごま マヨドレ	魚 ツナ缶・油揚げ わかめ・味噌	キャベツ 人参・コーン・もやし 玉ねぎ・ねぎ・えのき	ひじき おにぎり
☆9	木	じゃがぶ〜 ブロッコリーのたらこ和え	すまし汁	じゃが芋・糸こんにゃく マヨドレ・ごま油	豚肉 たらこ	人参・玉ねぎ・三度豆 ブロッコリー	☆じゃこ トースト
10	金	とんかつ 和風サラダ	味噌汁	小麦粉・パン粉 ごま	豚ヒレ肉・卵	キャベツ・きゅうり 人参・コーン	菓子
14	火	かやくうどん 野菜炒め		うどん じゃが芋	牛肉・かまぼこ・油揚げ わかめ・ウインナー	人参・玉ねぎ・ねぎ 白菜・ピーマン	菓子
☆15	水	筑前煮 そうめん入り味噌汁 フルーツ		こんにゃく そうめん じゃが芋	鶏肉・ちくわ 味噌・わかめ・豚肉 油揚げ・豆腐	れんこん・人参・ごぼう 筍・三度豆 白菜・ねぎ・パイン缶	いちご 蒸しパン
16	木	ポークチャップ マセドアンサラダ	野菜スープ	じゃが芋 マヨドレ	豚肉	人参・ピーマン・玉ねぎ・しめじ キャベツ・コーン・きゅうり にんにく・トマトピューレ	幼児：豆腐だんご 乳児：菓子
17	金	鮭のレモン煮 小松菜とツナの和え物 豆腐の味噌汁		片栗粉 ごま	鮭 ツナ缶・豆腐 わかめ・味噌	レモン果汁・小松菜 キャベツ・人参・たくあん 白菜・玉ねぎ・ねぎ	菓子
☆20	月	鶏肉の照り焼き チンゲン菜のごま和え	味噌汁	片栗粉 ごま・ごま油	鶏肉 ちくわ	チンゲン菜・人参 きゅうり	大学いも
21	火	魚の柚庵焼き スパゲティサラダ きのこの味噌汁		スパゲティ マヨドレ	魚 豆腐 味噌	ゆず果汁・人参・きゅうり キャベツ・白菜・えのき しめじ・玉ねぎ・ねぎ	菓子
22	水	白菜と肉団子のスープ キャベツの梅じゃこサラダ フルーツ		片栗粉・春雨 ごま油 ごま	鶏ミンチ・豚ミンチ 豆腐・わかめ ちりめんじゃこ	土生姜・白菜・人参 玉ねぎ・ねぎ・キャベツ きゅうり・梅干し・柿	カップケーキ
23	木	さつまいものかき揚げ ブロッコリーのごま和え	すまし汁	さつま芋・小麦粉 ごま	ロースハム・卵	ねぎ・人参・玉ねぎ ブロッコリー	お好み焼き
24	金	八宝菜 中華サラダ	わかめスープ	片栗粉 ごま油 春雨・ごま	豚肉 かまぼこ 鶏ささみ	白菜・もやし・筍・土生姜 ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・もやし	菓子
27	月	だいこん汁 ししゃもの甘辛焼 キャベツの塩昆布和え			豚肉・油揚げ・豆腐 味噌・ししゃも 塩昆布	切干大根・白菜・ごぼう ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり	わかめごはん おにぎり
☆28	火	和風ハンバーグ 温野菜	すまし汁	片栗粉・パン粉 じゃが芋・ごま	豚ミンチ・鶏ミンチ 豆腐・ひじき	ねぎ・人参・長いも 大根・ブロッコリー	いがぐり坊や
29	水	カレーシチュー 華風サラダ		じゃが芋・ルウ 春雨・マヨドレ	牛肉・鶏肉 たらこ	玉ねぎ・人参・ねぎ・にんにく 土生姜・きゅうり・キャベツ	コーンフレーク
30	木	麻婆豆腐 中華和え	中華スープ	片栗粉 ごま油・ごま	豆腐・豚ミンチ 味噌	人参・玉ねぎ・ねぎ・なす・土生姜 にんにく・きゅうり・もやし・キャベツ	フライドポテト
31	金	★★お誕生日おめでとう給食★★ パンアラカルト・ミートバーグ・サラダ きのこ入りコーンスープ・フルーツ		じゃが芋・片栗粉 パン粉・ごま ベジロール・ミルクツイスト	豚ミンチ・牛乳 ツナ缶 ウインナー	コーン・玉ねぎ・えのき・人参 しめじ・きゅうり・みかん缶 白菜・ブロッコリー・パイン缶	

※行事、その他の都合により献立や材料を変更する場合があります。ご了承ください。