



10月こんだて表



…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。

令和8年（2026年）

井手町立玉川保育園

ひにち	ようび	こんだて名		おもな材料名			おやつ
		0歳・1歳・2歳・3歳・4歳・5歳	0歳・1歳・2歳	き	あか	みどり	
1	木	カレーうどん ひじきの煮物		うどん・ルウ 片栗粉	豚肉・高野豆腐 ひじき・大豆水煮・ちくわ	人参・玉ねぎ・ねぎ キャベツ・三度豆	シュガー トースト
★2	金	白菜と肉団子のスープ キャベツの梅じゃこサラダ		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・玉ねぎ・ねぎ 人参・きゅうり・キャベツ・梅干し	菓子
5	月	かやくうどん 野菜とウインナーの炒め物		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・白菜・ねぎ 玉ねぎ・ピーマン	菓子
6	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・えのき・白菜 しめじ・玉ねぎ・ねぎ	きつね おにぎり
7	水	🦷 ヤンニョムチキン風 キャベツのサラダ・フルーツ	すまし汁	ごま	鶏肉 ツナ缶	にんにく・キャベツ・人参 コーン・りんご	さつま芋 あんぱん
★8	木	とんかつ 🦷 ブロッコリーのごま和え	すまし汁	小麦粉・パン粉 ごま	豚ヒレ肉 卵	ブロッコリー・人参 コーン・きゅうり	幼児：豆腐だんご 乳児：菓子 🦷
9	金	じゃがぶ〜 華風サラダ	味噌汁	じゃが芋・糸こんにゃく 春雨・マヨドレ	豚肉 たらこ	人参・玉ねぎ・三度豆 きゅうり・キャベツ	菓子
13	火	和風ハンバーグ 温野菜	味噌汁	パン粉・片栗粉 じゃが芋・ごま	豚ミンチ・鶏ミンチ 豆腐・ひじき	ねぎ・人参・長芋 ブロッコリー	ヨーグルト
★14	水	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・にんにく トマトピューレ・玉ねぎ・しめじ キャベツ・きゅうり・コーン	菓子
15	木	🦷 寄せ揚げ・フルーツ ブロッコリーのかつお和え	すまし汁	小麦粉	卵・ウインナー・ちくわ 大豆水煮・かつお節	人参・玉ねぎ・コーン・柿 ブロッコリー・きゅうり	石垣だんご
16	金	魚の照り焼き マカロニサラダ 豆腐の味噌汁		マカロニ マヨドレ	魚 豆腐 わかめ・味噌	人参・きゅうり キャベツ・ねぎ 玉ねぎ・白菜	マシュマロバー
19	月	鶏肉の照り焼き 🦷 チンゲン菜のごま和え	すまし汁	片栗粉 ごま・ごま油	鶏肉 ちくわ	チンゲン菜 人参・きゅうり	いがぐり ぼうや
★20	火	カレーシチュー 和風サラダ		じゃが芋 ルウ ごま	牛肉 鶏肉	玉ねぎ・人参・ねぎ・セロリ りんご・にんにく・土生姜 キャベツ・きゅうり・コーン	コーン フレーク
21	水	五目ラーメン きの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	菓子
22	木	🦷 筑前煮・フルーツ そうめん入り味噌汁		こんにゃく そうめん・じゃが芋	鶏肉・ちくわ 味噌・油揚げ・わかめ	れんこん・人参・ごぼう・バナナ 筍・三度豆・玉ねぎ・ねぎ	フライド ポテト
23	金	鮭のレモン煮 三色ごま和え もやしの味噌汁		片栗粉 ごま	鮭 わかめ 油揚げ・味噌	レモン果汁・小松菜・人参 チンゲン菜・たくあん・白菜 もやし・玉ねぎ・ねぎ・えのき	わかめごはん おにぎり
★26	月	高野の卵とじ 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	白菜・人参・三度豆 キャベツ	🦷 じゃこ トースト
27	火	さつまいものかき揚げ 🦷 千草和え	すまし汁	さつま芋 小麦粉	ロースハム・卵 油揚げ	ねぎ・人参・玉ねぎ 小松菜・もやし	菓子
28	水	八宝菜 中華サラダ	卵スープ	片栗粉 春雨 ごま油・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	豚まん
29	木	🦷 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・味噌 油揚げ・豆腐 ししゃも・塩昆布	切干大根・白菜 人参・ごぼう・ねぎ キャベツ・きゅうり	焼きそば
30	金	★★お誕生日おめでとう給食★★ パンアラカト・ミートバーグ・サラダ きのこ入りコーンスープ・フルーツ		パン粉・じゃが芋 ベジロール・ごま ミルクツイスト・片栗粉	豚ミンチ・牛乳 ツナ缶 ウインナー	玉ねぎ・ブロッコリー・きゅうり・人参 コーン・玉ねぎ・えのき・みかん缶 しめじ・白菜・クリームコーン・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。