



10月 献立表



令和7年

マロニエ幼稚園

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 水	クラッカー 麦茶	ご飯 味噌汁 さばの唐揚げ キャベツのマヨサラダ パナナ 麦茶	寒天ミルクプリン 麦茶	油揚げ 味噌 さば 牛乳	米 さつま芋 片栗粉 油 ノンエッグマヨネーズ ミルクプリンの素 クラッカー	干しいたけ ほうれん草 昆布 しょうが キャベツ 人参 わかめ パナナ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶
2 木	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の五目煮 粉ふき芋 りんご 牛乳	サーターアンドギー 麦茶	味噌 鶏肉 厚揚げ 牛乳 鶏卵	米 小切麴 ごま油 砂糖 片栗粉 じゃが芋 油 薄力粉 ウエハース	干しいたけ 切干大根 玉ねぎ 昆布 白菜 人参 青のり りんご	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 ペーキングパウダー 麦茶
3 金	ビスケット 麦茶	チャーハン 中華スープ ピーフ中華サラダ バイナップル 麦茶	ココアちんすこう 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 ごま油 ビーフン 砂糖 ごま 薄力粉 マンナビスケット	玉ねぎ ビーマン 人参 大根 しめじ きゅうり バイン缶	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢 万能つゆ 麦茶 ペーキングパウダー ココア
6 月	ウエハース 麦茶	焼き鶏丼 味噌汁 大根のゆかり和え チーズ 麦茶	ふかし芋 牛乳	鶏肉 高野豆腐 味噌 チーズ 牛乳	米 さつま芋 ウエハース	グリーンピース 焼きのり 干しいたけ 長ねぎ 昆布 大根 人参 小松菜 ゆかり	水 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶
7 火	ビスケット 麦茶	野菜パン コーンスープ チーズ入りオムレツ 白菜サラダ オレンジ 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	鶏卵 ウインナー チーズ 牛乳	野菜パン 無塩バター 油 砂糖 米 マンナビスケット	玉ねぎ コーン 白菜 人参 きゅうり オレンジ わかめご飯の素	水 シチューフレーク 塩 チキンスープの素 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶
8 水	クラッカー 麦茶	【寒露】さつま芋ご飯 まいたけのすまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き もやしのごま和え りんご 麦茶	ココア蒸しパン 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	米 さつま芋 小切麴 砂糖 ごま 薄力粉 油 クラッカー	干しいたけ 人参 まいたけ 昆布 長ねぎ もやし コーン りんご	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 麦茶 こいくちしょうゆ ココア
9 木	ウエハース 麦茶	きつねうどん ちくわ天 パナナ 麦茶	おかかおにぎり 麦茶	油揚げ 焼き竹輪 かつお節	うどん 薄力粉 片栗粉 油 米 ウエハース	ほうれん草 人参 玉ねぎ パナナ	万能つゆ こいくちしょうゆ 塩 水 麦茶
10 金	ビスケット 麦茶	ご飯 ドライカレー マカロニサラダ バイナップル 麦茶	ゼリー(グレープフルーツ 味) 麦茶	豚肉	米 油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ グレープフルーツゼリーの素 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 ビーマン コーン バイン缶	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレールー 塩 麦茶
14 火	ビスケット 麦茶	二色そばろ丼 味噌汁 キャベツと油揚げの煮浸し りんご 麦茶	フルーツパン 牛乳	鶏肉 鶏卵 味噌 油揚げ 牛乳	米 油 砂糖 さつま芋 フルーツパン マンナビスケット	しょうが 干しいたけ わかめ 昆布 キャベツ 人参 りんご	水 万能つゆ 麦茶
15 水	クラッカー 麦茶	ご飯 味噌汁 たらの香り焼き はりはり漬け ゼリー(青りんご味) 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	高野豆腐 味噌 たら 牛乳	米 ごま油 砂糖 青りんごゼリーの素 コンブシロ 無塩バター マシュマロ クラッカー	干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 昆布 しょうが にんにく 切干大根 人参 きゅうり	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 穀物酢 麦茶
16 木	ウエハース 麦茶	ご飯 コンソメスープ コロッケ 人参ドレッシング和え チーズ 麦茶	中華風カステラ 牛乳	チーズ 鶏卵 牛乳	米 コロッケ 油 片栗粉 砂糖 無塩バター 薄力粉 ウエハース	玉ねぎ 人参 えのき茸 白菜 パプリカ わかめ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 人参ドレッシング 麦茶 ペーキングパウダー
17 金	ビスケット 麦茶	麦ご飯 ポークカレー ごぼうサラダ バイナップル 牛乳	【給食の鉄人】ばんぶき んぶりん 麦茶	豚肉 牛乳 クリーム	米 押し麦 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 グラニュー糖 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 ごぼう もやし 小松菜 コーン バイン缶 南瓜 寒天	水 カレールー 塩 麦茶
20 月	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 具だくさん玉子焼き 納豆和え チーズ 麦茶	ゼリー(グレープフルーツ 味) 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏卵 鶏肉 納豆 チーズ	米 油 砂糖 グレープフルーツゼリーの素 ウエハース	干しいたけ 大根 わかめ 昆布 玉ねぎ 人参 白菜 小松菜	水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶
21 火	ビスケット 麦茶	味噌ラーメン お芋のサラダ オレンジ 麦茶	塩昆布おにぎり 麦茶	豚肉 味噌	中華麺 ごま油 じゃが芋 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 米 マンナビスケット	白菜 玉ねぎ 人参 きゅうり オレンジ 塩昆布	チキンスープの素 水 料理酒 みりん 塩 麦茶
22 水	クラッカー 麦茶	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のソテー パナナ 牛乳	スイートパンプキン 麦茶	鶏肉 牛乳 スキムミルク	米 マーマレード 油 砂糖 無塩バター クラッカー	玉ねぎ キャベツ 人参 もやし 小松菜 パナナ 南瓜	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
23 木	ウエハース 麦茶	【霜降】きのご飯 すまし汁 さわらの照り焼き ふろふき大根 りんご 麦茶	いちごジャムの蒸しまん じゅう 牛乳	油揚げ さわら 味噌 牛乳	米 小切麴 砂糖 ごま 薄力粉 油 いちごジャム ウエハース	しめじ まいたけ エリンギ 焼きのり 干しいたけ 人参 ほうれん草 昆布 大根 グリンピース りんご	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 万能つゆ 麦茶 ペーキングパウダー
24 金	ビスケット 麦茶	ハヤシライス 春雨と野菜のサラダ バイナップル 麦茶	野菜ブレッツェル 麦茶	豚肉	米 油 春雨 砂糖 ごま 薄力粉 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 ダイストマト しめじ わかめ コーン バイン缶 パセリ	水 ハヤシフレーク 穀物酢 万能つゆ 麦茶 ペーキングパウダー 塩
27 月	ウエハース 麦茶	鶏丼 味噌汁 ごまサラダ オレンジ 麦茶	フルーチェ 麦茶	鶏肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 ごま フルーチェ ウエハース	玉ねぎ 人参 干しいたけ 大根 長ねぎ チンゲン菜 昆布 白菜 小松菜 オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 穀物酢 麦茶
28 火	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 ミートローフ 野菜の炒め物 バイナップル 麦茶	マーマレードマフィン 牛乳	味噌 豚肉 木綿豆腐 鶏卵 牛乳	米 さつま芋 パン粉 片栗粉 ごま油 砂糖 無塩バター 薄力粉 マーマレード マンナビスケット	干しいたけ えのき茸 長ねぎ 昆布 玉ねぎ もやし キャベツ 人参 バイン缶	水 塩 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ チキンスープの素 麦茶 ペーキングパウダー
29 水	クラッカー 麦茶	ミートソースバゲティ コンソメスープ 大根のマヨサラダ りんご 牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	豚肉 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 米 クラッカー	玉ねぎ 人参 パセリ 大根 きゅうり りんご ゆかり	トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 水 麦茶
30 木	ウエハース 麦茶	玄米入りご飯 根菜汁 あじの塩こうじ焼き ひじきの煮物 ジョア 麦茶	チーズ蒸しパン 牛乳	あじ 油揚げ ジョア チーズ 牛乳	米 玄米 ごま油 塩こうじ 油 薄力粉 砂糖 ウエハース	干しいたけ 大根 ごぼう 人参 長ねぎ 昆布 ひじき しらたき グリンピース	水 料理酒 こいくちしょうゆ 塩 万能つゆ 麦茶 ペーキングパウダー
31 金	ビスケット 麦茶	★お誕生会★ 鶏肉とかぼちゃのライスグラタン コンソメスープ わかめサラダ プリン 麦茶	ジャムサンドクラッカー 牛乳	鶏肉 牛乳 チーズ クリーム	米 油 ホワイトソース パン粉 砂糖 プリンの素 いちごジャム クラッカー マンナビスケット	南瓜 玉ねぎ パセリ キャベツ 人参 コーン ブロッコリー もやし わかめ	水 チキンスープの素 塩 穀物酢 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	目標量	589	20.6	17	270
児	平均量	540	19	15.9	234
乳	目標量	494	17.3	14.3	225
児	平均量	464	15.8	13.4	241

☆図の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。