

2025年度 10月献立表

幼児弁当日 30日(木)
カトリック希望の家こども園

日	27月)	14・28(火)	1・15・29(水)	2・16・30(木)	3・17・31(金)	18(土)
昼食	ごはん 鶏の和風 ハンバーグ ♡さつま芋の甘煮 ☆ソップサユル ～インドネシア料理～	♡さつまいもごはん 鯖の生姜煮 わかめのナムル みそ汁	ごはん かしわの ねぎ塩麴焼き 小松菜の じゃこ和え すまし汁	ごはん ポークビーンズ ♡きのこの すまし汁	鮭のちらし寿司 そうめんみそ汁	 運動会 
材料	米 鶏ミンチ 鶏レバー にら 生姜 玉ねぎ 片栗粉 れんこん 塩 にんにく 酒 木綿豆腐 しょうゆ麴 さつま芋 だし(削り節) 三温糖 白ねぎ 人参 キャベツ じゃが芋 セロリ ローリエ にんにく 塩 ターメリック 無添加鶏ガラスープの素	米 さつま芋 塩 鯖 生姜 しょうゆ麴 酒 みりん わかめ 豆もやし 人参 にんにく しょうゆ麴 ごま油 ごま 木綿豆腐 ほうれん草 米みそ だし(煮干し、昆布)	米 鶏肉 白ねぎ 酒 塩麴 小松菜 高野豆腐 きゃべつ 人参 ちりめんじゃこ しょうゆ麴 大根 里芋 だし(昆布、削り節) みりん 塩 しょうゆ	米 豚ミンチ 大豆 玉ねぎ かぼちゃ じゃが芋 黄パプリカ ソース トマト水煮缶 米粉 ケチャップ しょうゆ麴 まいだけ しめじ チンゲン菜 だし(昆布、削り節) 塩 みりん しょうゆ	米 鮭 すし酢 人参 高野豆腐 かんぴょう 干し椎茸 きゅうり そうめん なすび 油あげ えのき茸 米みそ だし(煮干し、昆布)	4(土) 五目塩ラーメン バナナ 中華麺 豚肉 キャベツ 人参 小松菜 太もやし スイートコーン ちりめんじゃこ 塩 しょうゆ 無添加鶏ガラスープの素 バナナ
おやつ	柿 菓子 スキムミルク スキムミルク ミルクココア 三温糖	きな粉クッキー きな粉 米粉 ベーキングパウダー 三温糖 なたね油 スキムミルク 牛乳	バナナヨーグルト プレーンヨーグルト バナナ 三温糖 お茶	菓子 煮干し (もも・ばら しらす干し) 牛乳	かぼちゃの 米粉蒸しパン 米粉 かぼちゃ ベーキングパウダー 三温糖 なたね油 牛乳	菓子
日	6・20(月)	7・21(火)	8・22(水)	9・23(木)	10・24(金)	11・25(土)
昼食	☆ピビンパ きゃべつの すまし汁 	ごはん ♡秋刀魚の 塩焼き 五目ひじき煮 豆乳みそ汁	ごはん ぎせい豆腐 切干大根の 酢の物 みそ汁	じゃこ納豆ごはん かしわと昆布の 炒め煮 みそ汁	発芽玄米ごはん 豚肉の塩麴 のり天ぷら もやしの 炊いたん すまし汁	たぬきうどん バナナ
材料	米 牛ミンチ 茄子 豆もやし 人参 ほうれん草 米酢 三温糖 しょうゆ 塩 キャベツ しいたけ しょうゆ みりん 塩 だし(昆布、削り節)	米 秋刀魚 塩 ひじき 厚揚げ ごぼう 人参 小松菜 だし(削り節) みりん しょうゆ 大根 豆苗 じゃが芋 無調整豆乳 みそ だし(昆布・煮干し)	米 木綿豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 人参 しょうゆ麴 椎茸 みりん 三つ葉 塩 切干大根 きゅうり きゃべつ 米酢 ツナ しょうゆ 三温糖 かぼちゃ あおさ 米みそ だし(煮干し、昆布)	米 ちりめんじゃこ 納豆 しょうゆ麴 鶏肉 刻み昆布 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく なたね油 しょうゆ麴 酒 みりん 豆腐 ほうれん草 米みそ だし(煮干し、昆布)	米 発芽玄米 豚肉 刻み海苔 塩麴 米粉 小麦粉 なたね油 太もやし 小松菜 油あげ しょうゆ みりん だし(削り節) わかめ 玉ねぎ しょうゆ 塩 だし(昆布、削り節)	うどん 油あげ 人参 小松菜 ちりめんじゃこ だし(昆布、削り節) しょうゆ 塩 みりん 片栗粉 バナナ 
おやつ	♡まんまる黄色い お月見だんご さつま芋 片栗粉 三温糖 しょうゆ 牛乳	☆乳児:クツパ ☆幼児:トック トック (乳児:米) 鶏ミンチ しょうゆ 三つ葉 みりん、塩 だし(昆布、削り節) 牛乳	豆乳ゼリー ～いちごソース～ 無調整豆乳 いちごジャム 粉寒天 米粉 三温糖 牛乳	フライドポテト じゃがいも なたね油 塩 牛乳	ツナとチーズの サンドイッチ 食パン マヨドレ ツナ チーズ きゅうり 牛乳	菓子 ☆多文化メニュー ♡旬の食材や献立

仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。