

さくら保育園 10月給食献立表



日付				令和08年10月1日(木)	令和08年10月2日(金)	令和08年10月3日(土)
昼				コッパパン たらのこうはくやき パインサラダ スープ	ごはん ふたどん こうはくサラダ さつまいものみそしる	★うんどうかい★
おやつ				ゆかりおにぎり ぎゅうにゅう	メダルクッキー ぎゅうにゅう	
材料				コッパパン たら チーズ えのき 玉ねぎ 赤ピーマン キャベツ きゅうり パイン缶 人参 白菜 わかめ 鶏ガラ 米 ゆかり 牛 乳	米 豚肉 玉ねぎ 糸こんにゃく キャベツ きゅうり ミニトマト 豆腐 おつゆ 鮭 さつ まいも 白菜 味噌 小麦粉 ベーキングパウ ダー バター 牛乳	
日付	令和08年10月5日(月)	令和08年10月6日(火)	令和08年10月7日(水)	令和08年10月8日(木)	令和08年10月9日(金)	令和08年10月10日(土)
昼	チャーハン はるまき ナムル スープ	ごはん さんしょくどん こんさいじる なし	ちゃんぽんめん かみかみサラダ パイン	★えんがいはいこく★ ごはん さばのぎゅうにゅういりみそに そくせきづけ すましじる	しょくパン(ジャム、バター) てりやきチキン フライドポテト ブロッコリー たまごやき スープ	どんじる チーズ オレンジ
おやつ	レモンバタートースト ぎゅうにゅう	ぶどうゼリー ぎゅうにゅう	ごへいもち ぎゅうにゅう	ドーナツ ぎゅうにゅう	きなごマカロニ ぎゅうにゅう	
材料	米 ハム ねぎ 卵 春巻き もやし 人参 きゅうり ごま油 白菜 玉ねぎ チンゲン菜 鶏ガラ 食パン マーガリン レモン果汁 グ ラニュー糖 牛乳	米 鶏肉 大豆ミート 卵 ほうれん草 ごま 油 いりごま 人参 大根 ごぼう 里芋 ね ぎ しめじ 梨 ゼリーの素 牛乳	ちゃんぽんめん 豚肉 かまぼこ キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ちゃんぽんスープ ご ぼう きゅうり いりごま マヨネーズ パイ ン缶 米 味噌 牛乳	米 さば 牛乳 味噌 つきこんにゃく 白菜 きゅうり 人参 浅漬けの素 玉ねぎ ほうれ ん草 高野豆腐 ドーナツ	食パン ジャム バター 鶏肉 フライドポテ ト ブロッコリー 厚焼き玉子 人参 わかめ 玉ねぎ 白菜 鶏ガラ マカロニ きな粉 牛 乳	豚肉 ごぼう じゃがいも 人参 大根 ねぎ 白菜 豆腐 味噌 チーズ オレンジ
日付	令和08年10月12日(月)	令和08年10月13日(火)	令和08年10月14日(水)	令和08年10月15日(木)	令和08年10月16日(金)	令和08年10月17日(土)
昼	*スポーツのひ*	さつまいもごはん アジフライ おかかあえ すましじる	ジャージャーめん ツナサラダ スープ	★えんがいはいこく★ ごはん ポークカレー きりぼしだいこんのサラダ スープ	ソフトフランスパン コロッケ マカロニサラダ さつまいものあまに ぎゅうりのあざづけ とんじる	けんちんじる チーズ オレンジ
おやつ		さくさくクッキー ぎゅうにゅう	もちもちチーズパン ぎゅうにゅう	にくまん ぎゅうにゅう	バナナムース ■むぎぢゃ	
材料		米 さつまいも いりごま アジフライ 白菜 きゅうり 人参 かつお節 キャベツ おつゆ 鮭 わかめ 小麦粉 ベーキングパウダー マーガリン 卵 牛乳	ラーメン 豚肉 玉ねぎ しいたけ ごま油 味噌 鶏ガラ 片栗粉 きゅうり キャベツ 人参 かつおフレーク しめじ チンゲン菜 白菜 白玉粉 牛乳 チーズ	米 豚肉 人参 玉ねぎ じゃがいも リンゴ ジュース パーモントカレー カラーフレーク 切干大根 ごぼう きゅうり すりごま マヨ ネーズ のり ねぎ チンゲン菜 白菜 コ ンソメ 肉まん 牛乳	ソフトフランスパン コロッケ マカロニ きゅうり 人参 キャベツ ハム マヨネーズ さつまいも 浅漬けの素 豚肉 ごぼう じゃ がいも 大根 豆腐 白菜 味噌 デザート ムース 牛乳 麦茶	鶏肉 ごぼう 里芋 人参 大根 しめじ ね ぎ 豆腐 チーズ オレンジ
日付	令和08年10月19日(月)	令和08年10月20日(火)	令和08年10月21日(水)	令和08年10月22日(木)	令和08年10月23日(金)	令和08年10月24日(土)
昼	ごはん とりにくのみそやき チーズサラダ スープ	☆日ぐみおこのみこんだて☆ チーズバーガー のりしおポテト ポトフ イチゴプリン	にくうどん コーンサラダ オレンジ	ごはん ちゅうかどん スープ パイン	★おたんじょうびかい★ バターロール スペインふうオムレツ フレンチサラダ クラムチャウダーふう ぶどうゼリー	やさいとどりにくのスープ チーズ オレンジ
おやつ	パンプディング ぎゅうにゅう	だいがくいち ■むぎぢゃ	ごぼうチップス ぎゅうにゅう	とうふのマフィン ぎゅうにゅう	ロールケーキ ぎゅうにゅう	
材料	米 鶏肉 味噌 キャベツ きゅうり 人参 チーズ わかめ チンゲン菜 高野豆腐 食パ ン 卵 牛乳	ハンズ 玉ねぎ ケチャップ 鶏肉 豚肉 パ ン粉 牛乳 チーズ レタス フライドポテト 青さのり じゃがいも 白菜 人参 しめじ コンソメ イチゴプリンの素 牛乳 さつまい も いりごま 麦茶	うどん 豚肉 ちくわ 大根 人参 しめじ 白菜 ねぎ キャベツ きゅうり コーン オ レンジ ごぼう 牛乳	米 しいたけ 豚肉 玉ねぎ 人参 だけのご 白菜 えび 片栗粉 もやし チンゲン菜 お つゆ 鮭 パイン缶 ホットケーキミックス 卵 豆腐 牛乳	バターロール じゃがいも 玉ねぎ 人参 ハ ム ケチャップ 卵 ほどて風味フレーク コーン マーガリン 牛乳 シチューミクス コンソメ ドライパセリ ゼリーの素 スイス ロール	鶏肉 白菜 人参 小松菜 玉ねぎ じゃがい も 鶏ガラ チーズ オレンジ
日付	令和08年10月26日(月)	令和08年10月27日(火)	令和08年10月28日(水)	令和08年10月29日(木)	令和08年10月30日(金)	令和08年10月31日(土)
昼	ごはん まーぼーどうふ わかめスープ チーズ	☆ごとうちメニュー(ぎゅうしゅう)☆ ごはん とりてん ゆかりあえ さつまじる	ごはん ふたにくのブルコギ いそかサラダ スープ	ミートソースパググティー みかんサラダ スープ	★ハロウィン★ ごはん パンプキンシチュー コンビサラダ レタススープ	のっぺいじる チーズ オレンジ
おやつ	クレープ ぎゅうにゅう	ふくれがし ぎゅうにゅう	プリン(たまごなし) ぎゅうにゅう	わらびもち ■むぎぢゃ	かぼちゃむしパン ぎゅうにゅう	
材料	米 豚肉 しいたけ 人参 ねぎ 豆腐 ごま 油 鶏ガラ 片栗粉 わかめ キャベツ もや し チーズ ソフトクレープ 牛乳	米 鶏肉 白菜 きゅうり 人参 ゆかり ご ぼう しいたけ こんにゃく 人参 大根 里 芋 ねぎ 味噌 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 黒砂糖 牛乳	米 豚肉 人参 玉ねぎ もやし たら 鰯 ピーマン 春雨 味噌 すりごま ごま油 鶏ガラ 片栗粉 キャベツ しめじ きざみのり 白菜 小松菜 プリンの素 牛乳	スパグティ 鶏肉 豚肉 人参 玉ねぎ コン ソメ ミートソース トマトジュース ケ チャップ 白菜 きゅうり みかん缶 キャバ ツ えのき わかめ 鶏ガラ 片栗粉 きな粉 麦茶	米 鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ シチュー ミクス 牛乳 グリンピース ブロッコリー カリフラワー 赤ピーマン レタス ねぎ 鶏 ガラ 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 マー ガリン	鶏肉 豆腐 人参 ごぼう 大根 里芋 ねぎ 片栗粉 チーズ オレンジ

*今月の栄養価
エネルギー…579.0kcal たんぱく質…23.4g 脂質…18.9g 塩分
…2.6g

*献立内容は変更になる場合がございます。ご了承ください。