

令和８年度　給食献立表　１０月

かみひろや幼稚園
栄養士　横瀬友紀子



日	曜	献立	主な食材・調味料
1	木	カレーうどん　ミニ春巻き 小松菜とツナの塩昆布和え　青りんごゼリー　牛乳	うどん　じゃが芋　玉ねぎ　人参　豚肉　油揚げ　長ねぎ　ｶﾚｰﾙｰ 小松菜　もやし　人参　ツナ　塩昆布
6	火	食パン　パリツォーネ(ﾐｰﾄｿｰｽ入り洋風揚げ餃子) コンソメスープ　バナナ　牛乳	パン　キャベツ　玉ねぎ　人参　じゃが芋　ベーコン　レモン汁
7	水	ごはん　麻婆ナス　もやしのナムル ライチゼリー　牛乳	米　ナス　厚揚げ　人参　長ねぎ　豚挽肉　生姜　にんにく 麻婆ソース　もやし　人参　ほうれん草
8	木	ごはん　照り焼きチキン ふわふわ豆腐と根菜の含め煮　梨　牛乳	米　かぼちゃ入りしんじょ　大根　人参
9	金	ナポリタン　チキンカツ　レタスとツナのサラダ ブルーベリーゼリー　牛乳	スパゲティ　ウィンナー　ケチャップ　人参　ピーマン　玉ねぎ 人参　レタス　ツナ　きゅうり　わかめ　コーン　おろし醤油ドレ
13	火	食パン　タラのサクサク揚げ さつま芋のジャーマンポテト　いちご豆乳プリン 牛乳	パン　レタス　さつま芋　玉ねぎ　ウィンナー
14	水	（年長カレーパーティー） カレーライス　ヨーグルト	米　豚肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　カレールー
15	木	ごはん　信田煮(肉詰めいなりの煮物) ほうれん草のおかか和え　みかんゼリー　牛乳	米　ほうれん草　キャベツ　人参　もやし　鰹節
16	金	ごはん　鶏のから揚げ　小松菜の煮びたし はちみつレモンゼリー　牛乳	米　鶏肉　にんにく　レタス　小松菜　人参　えのき茸　油揚げ
19	月	【年少組　園外保育】 焼きそばパン　ポテトカップグラタン 小松菜と切り干し大根のサラダ　アセロラゼリー　牛乳	パン　中華麺　キャベツ　人参　豚肉　小松菜　切干大根　人参　ツナ 塩昆布　ゴマ油
20	火	ごはん(わかめふりかけ)　かみかみごぼうバーグ ポテトサラダ　ポケモンチーズ　牛乳	米　じゃが芋　人参　きゅうり　ハム　マヨネーズ
21	水	【年中組　園外保育】 ごはん　ホキのちゃんちゃん焼き　きんぴらごぼう ラフランスゼリー　牛乳	米　ホキ　キャベツ　もやし　しめじ　玉ねぎ　みそ　マーガリン ごぼう　人参　こんにゃく
22	木	みそラーメン　タコ型たこ焼き カブときゅうりの塩昆布和え アイス風デザート(チョコ)※卵不使用　牛乳	中華麺　メンマ　なると　コーン　豚挽肉　もやし　カブ きゅうり　塩昆布
23	金	ハヤシライス　ハムサラダ　オレンジ　牛乳	米　豚肉　ハヤシフレーク　玉ねぎ　しめじ　人参　じゃが芋 マッシュルーム　レタス　きゅうり　ハム　ごまドレ
26	月	ごはん　豚肉とごぼうのしぐれ煮 キャベツの塩昆布和え　りんご　牛乳	米　豚肉　ごぼう　生姜　キャベツ　もやし　人参　塩昆布
27	火	ピザトースト　ミニハンバーグ(ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽｿｰｽ) ブロッコリーサラダ *カエデの実（卵・乳・ｱｰﾓﾝﾄﾞﾌﾟｰﾄﾞﾙ使用）*　牛乳	パン　玉ねぎ　ピーマン　ベーコン　チーズ　ケチャップ ブロッコリー
28	水	ごはん　豚肉のプルコギ風炒め　韓国風ナムル マンゴープリン※卵不使用　牛乳	米　豚肉　玉ねぎ　人参　ニラ　ゴマ油　ゴマ　もやし　人参 小松菜　韓国風ドレ
29	木	ごはん　蓮根と挽肉の照り焼き キャベツと油揚げの煮びたし　ももゼリー　牛乳	米　キャベツ　人参　えのき　油揚げ
30	金	**☆ハロウィン献立☆** **カレーピラフ** **かぼちゃ型ハンバーグ　パンプキンシチュー** **ハロウィンカラーゼリー　牛乳**	カレーピラフ　ウィンナー　レタス　かぼちゃ　じゃが芋 人参　玉ねぎ　鶏肉　ブロッコリー　ホワイトルー

１０月は行事が盛りだくさんですね

◇各学年で計画している園外保育の日は、お弁当持参で給食は食べませんが、帰園してから牛乳・肝油をいただきます。

◇10月14日（水）は、年長組は自分たちで作ったカレーを食べます。年中・年少組は、給食室で作ったカレーを食べます。

※カエデの実は、プチケーキのような焼き菓子で、幼稚園で人気のデザートです☆



