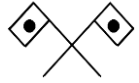


令和7年10月 献立表（幼児食）

橘保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	【ひとくちメモ】 ようやく秋の訪れを感じられるよう になりました。 10月12日は運動会です。 子ども達が園庭で練習している、元気 いっぱいの声が調理室にも聞こえてき ます。調理スタッフも負けないように、 美味しいご飯を作っていきます♪ 運動会を元気に楽しむためには、 早寝・早起き・朝ごはん・水分補給が 大事です。毎日の生活リズムを整えて いきましょう。		1日(ごはん)	2日(ごはん)	3日(ごはん)	4日(パン)
朝の間食			ボーロ・豆乳	クッキー・牛乳	ウエハース・牛乳	かりんとう・牛乳
昼食			牛肉のオイスターソース炒め しらすと大豆の煮物 大根とカニかまのサラダ じゃが芋の味噌汁 バナナ	ぶりの照り焼き ツナとピーマンの炒り卵 きゅうりとコーンのサラダ 中華スープ キウイフルーツ	鶏肉の磯辺揚げ 千切り大根の煮物 コールスローサラダ なすと豆腐の味噌汁 パイン	きつねうどん 鶏肉の照り焼き 白花豆の煮物 グリーンサラダ 黄桃
昼の間食			ミニいも花子・チーズ スキムミルク	レーズンマフィン(手作り) スキムミルク	マカロニきなこ(手作り) ヨーグルト(手作り)	ミレービスケット プルーン・牛乳
園での1日 摂取カロリー			3歳未満児：448kcal 3歳以上児：383kcal	3歳未満児：480kcal 3歳以上児：365kcal	3歳未満児：459kcal 3歳以上児：378kcal	3歳未満児：496kcal 3歳以上児：407kcal
日	6日(ごはん)	7日(ごはん)	8日(ごはん)	9日(ごはん)	10日(ごはん)	11日(パン)
朝の間食	ウエハース・牛乳	ボーロ・牛乳	かりんとう・豆乳	クラッカー・牛乳	ビスケット・牛乳	せんべい・牛乳
昼食	さばの塩焼き レバニラ炒め きゅうりと コーンの酢の物 豆腐とキャベツの味噌汁 バナナ	鶏肉のマーマレード焼き 厚揚げとアスパラの炒め物 ハムとキャベツのサラダ わかめと玉ねぎの味噌汁 みかん	白身魚の味噌マヨ焼き じゃが芋のコンソメ煮 トマトときゅうりの酢の物 キャベツとベーコンの スープ オレンジ	豚肉のピカタ 根菜と厚揚げの煮物 キャベツのツナサラダ きのこのすまし汁 パイン	あじの香味焼き 鶏ごぼう炒め きゅうりとささ身のマヨ和え もやしと油揚げの味噌汁 キウイフルーツ	ミートソーススパゲッティ 大豆とひじきの煮物 アスパラと きゅうりのサラダ コーンとわかめのスープ プルーン
昼の間食	セサミクッキー(手作り) スキムミルク	あんこパイ(手作り) スキムミルク	小魚せんべい・黄桃 ヨーグルト(手作り)	チーズ入り黒糖蒸しパン(手作り) スキムミルク	お好み焼き(手作り) スキムミルク	まあるいクラッカー レーズン・牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：506kcal 3歳以上児：425kcal	3歳未満児：438kcal 3歳以上児：336kcal	3歳未満児：415kcal 3歳以上児：309kcal	3歳未満児：501kcal 3歳以上児：421kcal	3歳未満児：473kcal 3歳以上児：400kcal	3歳未満児：468kcal 3歳以上児：393kcal
日	13日	14日(ごはん)	15日(ごはん)	16日(ごはん)	17日(ごはん)	18日(パン)
朝の間食	 スポーツの日	せんべい・牛乳	ウエハース・豆乳	かりんとう・牛乳	クラッカー・牛乳	ビスケット・牛乳
昼食		白身魚の天ぷら 牛肉入りきんぴらごぼう 三色なます じゃが芋と玉ねぎの 味噌汁 バナナ	ポークチャップ 炒り豆腐 ツナときゅうりのサラダ きのこの味噌汁 みかん	白身魚のトマトソースかけ 筑前煮 納豆サラダ かきたま汁 オレンジ	牛肉のごま醤油炒め 干草焼き トマトときゅうりのサラダ なめこと豆腐の味噌汁 キウイフルーツ	親子うどん 鮭の塩焼き かぼちゃとピーマンの 味噌炒め きゅうりとしらすの酢の物 プルーン
昼の間食		ツナコーントースト(手作り) スキムミルク	ミルクスティック・レーズン 飲むヨーグルト(手作り)	さつま芋のみたらしあん(手作り) スキムミルク	ホットケーキ(手作り) スキムミルク	さくふわせんべい チーズ・牛乳
園での1日 摂取カロリー		3歳未満児：514kcal 3歳以上児：403kcal	3歳未満児：519kcal 3歳以上児：435kcal	3歳未満児：468kcal 3歳以上児：314kcal	3歳未満児：457kcal 3歳以上児：369kcal	3歳未満児：415kcal 3歳以上児：318kcal
日	20日(ごはん)	21日(ごはん)	22日	23日(ごはん)	24日(ごはん)	25日(パン)
朝の間食	クラッカー・牛乳	せんべい・牛乳	かりんとう・豆乳	ビスケット・牛乳	ボーロ・牛乳	クッキー・牛乳
昼食	白身魚のコーンマヨ焼き 鶏肉とピーマンの炒め物 白菜のごま和え かぼちゃと玉ねぎの味噌汁 キウイフルーツ	牛肉の柳川風煮 枝豆入りさつま揚げ マカロニサラダ 豆腐としめじの味噌汁 みかん	 誕生会	レンコン入りハンバーグ 小松菜入り炒り卵 ツナときゅうりの酢の物 じゃが芋と大根の味噌汁 バナナ	白身魚のムニエル タルタルソースかけ 鶏レバーのマリアナソース アスパラときゅうりのサラダ 人参と椎茸の味噌汁 パイン	あんかけ焼きそば ししゃも焼き さつまいもサラダ きのこのスープ 黄桃
昼の間食	ピザトースト(手作り) スキムミルク	チーズケーキ(手作り) スキムミルク	ミニどら焼き・チーズ 100%ぶどうジュース	サクサクココアクッキー(手作り) 飲むヨーグルト(手作り)	マドレーヌ(手作り) スキムミルク	牛乳かりんとう レーズン・牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：489kcal 3歳以上児：411kcal	3歳未満児：511kcal 3歳以上児：446kcal		3歳未満児：526kcal 3歳以上児：451kcal	3歳未満児：546kcal 3歳以上児：470kcal	3歳未満児：514kcal 3歳以上児：449kcal
日	27日(ごはん)	28日(ごはん)	29日(ごはん)	30日(ごはん)	31日(ごはん)	
朝の間食	ウエハース・牛乳	クラッカー・牛乳	ビスケット・豆乳	せんべい・牛乳	クッキー・牛乳	
昼食	豚肉の生姜焼き 大豆のケチャップ煮 スパゲッティサラダ 豆腐と大根の味噌汁 パイン	さばのみぞれかけ ビーフンと野菜の炒め物 かぼちゃと チーズのサラダ 里芋と椎茸の味噌汁 みかん	焼肉 ジャーマンポテト 海藻サラダ 小松菜と油揚げのすまし汁 黄桃	あじフライ 高野豆腐の卵とじ ハムと玉ねぎのサラダ 厚揚げとえのきの味噌汁 キウイフルーツ	鶏肉のねぎ味噌焼き 小松菜とちくわの煮物 ブロッコリーサラダ コーンスープ 黄桃	
昼の間食	チーズマフィン(手作り) スキムミルク	シュガーパイ(手作り) スキムミルク	かぼちゃサブレ・プルーン ヨーグルト(手作り)	さつま芋クッキー(手作り) スキムミルク	りんご蒸しパン(手作り) スキムミルク	
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：587kcal 3歳以上児：478kcal	3歳未満児：531kcal 3歳以上児：448kcal	3歳未満児：453kcal 3歳以上児：394kcal	3歳未満児：525kcal 3歳以上児：427kcal	3歳未満児：449kcal 3歳以上児：369kcal	

※ 朝の間食及び主食は、3歳未満児のみ、*印は3歳以上児のみです。
 ※ 献立表には載せていませんが盛り付け時は、キャベツ・ブロッコリー・トマト・枝豆・とうもろこし等を添え野菜として使用しています。
 ※ 食材が業者の都合等で入荷せずメニューが変更になることがあります。
 ※ 麦茶はお子さまがいつでも飲めるよう各クラスに準備してあります。麦茶用ジョップは、洗浄・消毒し常に衛生的なものを使用しています。