

令和7年10月分 給食献立予定表

桶川市保育所

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・午後おやつ)				主食	3歳未満児午前おやつ 午後おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
1・15 (水)	和風玉子焼き 小松菜とツナのソテー みそ汁(かぶ・油揚げ)	米、ペンネ、油、砂糖、片栗粉	牛乳、卵、鶏ひき肉、ベーコン(卵不使用)、ツナ、油揚げ、いわし(煮干し)	小松菜、かぶ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ	トマトピューレ、白みそ、しょうゆ、みりん、ブイヨン(アレルギーフリー)、わかめごはんの素、こしょう	わかめごはん	バナナ 牛乳 ペンネ トマトソース
2・16 (木)	ポークみそ焼き 和風サラダ お吸い物(しめじ・水菜)	米、じゃがいも、うどん、砂糖、油、ごま油	豚肉(ロース)、豚小間肉、かつお節(だし)、ひじき	たまねぎ、しめじ、ほうれん草、みずな、コーン、にんじん、長ねぎ、えのきたけ、しょうが	みりん、しょうゆ、赤みそ、食塩	ごはん	やわらかせんべい 麦茶 きのこうどん
3・17 (金)	☆クリームシチュー ブロッコリーのおかか和え ボイルウインナー	米、じゃがいも、あずきロール(卵不使用)、小麦粉、バター、油	牛乳、ウインナー(卵不使用)、鶏もも肉、スキムミルク、生クリーム、削り節	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん	しょうゆ、食塩、こしょう	ごはん	乳酸菌飲料 麦茶 あずきロール
4 (土)	豚肉の旨煮 青梗菜のお浸し みそ汁(麩・えのきたけ)	米、じゃがいも、糸こんにゃく、焼麩、砂糖、油	豚小間肉、鶏もも肉、いわし(煮干し)、削り節	チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ、たまねぎ、ピーマン	白みそ、しょうゆ、ケチャップ、鶏がら粉末、食塩	ごはん	星型せんべい 麦茶 チキンライス
6・20 (月)	豚肉と大根のやわらか煮 きゅうりとしらすの酢の物 みそ汁(もやし・玉ねぎ)	米、小麦粉、砂糖、バター、油	牛乳、豚肉(ばら)、卵、くり甘露煮、スキムミルク、しらすばし、いわし(煮干し)、わかめ	大根、きゅうり、もやし、たまねぎ、にんじん、長ねぎ	白みそ、しょうゆ、酢、ペーキングパウダー、食塩	ごはん	野菜せんべい 牛乳 栗のケーキ
7・27 (火・月)	鶏肉の竜田揚げ 五目ひじき みそ汁(豆腐・なめこ)	米、糸こんにゃく、片栗粉、油、砂糖	ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、木綿豆腐、ちくわ(卵不使用)、油揚げ、いわし(煮干し)、ひじき	柿、にんじん、なめこ	白みそ、しょうゆ、みりん	ごはん	甘口しょうゆせんべい 麦茶 ヨーグルト 柿
8・22 (水)	回鍋肉 もやしとハムのナムル みそ汁(青梗菜・麩)	米、食パン、マヨネーズ、砂糖、焼麩、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、ロースハム(乳不使用)、ちりめんじゃこ、いわし(煮干し)、白いりごま、あおのり	もやし、キャベツ、チンゲンサイ、にら、にんじん、長ねぎ、ピーマン、しいたけ、にんにく	白みそ、しょうゆ、赤みそ、酢	ごはん	ミニわかめちゃん 牛乳 じゃこトースト
9 (木)	生揚げと豚肉の中華炒め コールスローサラダ みそ汁(なす・長ねぎ)	じゃがいも、米、油、砂糖	豚肉(ロース)、生揚げ、いわし(煮干し)、あおのり	キャベツ、にんじん、なす、たまねぎ、コーン、長ねぎ、きゅうり、しいたけ、しょうが	白みそ、酢、食塩、鶏がら粉末、こしょう	ごはん	かぼちゃポーロ 麦茶 ☆のりポテト
10・24 (金)	さんまの蒲焼き 大根のそぼろ煮 みそ汁(もやし・ほうれん草)	米、ホットケーキミックス(卵不使用)、さつまいも、片栗粉、砂糖、油	牛乳、さんま、豚ひき肉、いわし(煮干し)、黒いりごま	大根、もやし、ほうれん草、長ねぎ、だいこんの葉、しょうが	白みそ、しょうゆ、食塩	さつま芋ごはん	ソフト塩せんべい 牛乳 みそパン(卵不使用)
11・25 (土)	ビネガーチキン ナムル みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ)	米、じゃがいも、砂糖、ごま油	鶏もも肉、ロースハム(卵不使用)、いわし(煮干し)	もやし、ブロッコリー、たまねぎ、きゅうり	白みそ、しょうゆ、酢、鮭ごはんの素、食塩	ごはん	しょうゆせんべい 麦茶 おにぎり(鮭) 塩ゆでブロッコリー
14・28 (火)	豚肉の香味焼き ごま野菜 みそ汁(キャベツ・えのきたけ)	米、小麦粉、砂糖、バター、ショートニング、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、白すりごま、いわし(煮干し)	ほうれん草、キャベツ、もやし、にんじん、えのきたけ、長ねぎ、にんにく	白みそ、しょうゆ、酢、ココア(ビュアココア)、ペーキングパウダー	ごはん	小魚カルシウムせんべい 牛乳 ココアクッキー
18 (土)	3～5歳児クラス運動会						
21 (火)	鶏肉のカレーソテー ボイル野菜のり和え みそ汁(かぶ・水菜)	米、プチクレープ(カスタード)、青のりしょうゆせんべい(卵不使用)、砂糖、油	牛乳、鶏もも肉、いわし(煮干し)、焼のり	かぶ、ブロッコリー、キャベツ、たまねぎ、みずな、ピーマン、にんじん	白みそ、しょうゆ、カレー粉	ごはん	うさぎのしっぽ 牛乳 プチクレープ(カスタード) 青のりしょうゆせんべい
23 (木)	肉じゃが 菊花和え みそ汁(生揚げ・万能ねぎ)	米、じゃがいも、動物型ビスケット(卵不使用)、揚げせんべい(卵不使用)、しらたき、砂糖、油	飲むヨーグルト(ストロベリー)、豚もも肉、生揚げ、いわし(煮干し)	ほうれん草、にんじん、たまねぎ、万能ねぎ、菊の花、干しいたけ	白みそ、しょうゆ、みりん	ごはん	おこめせんべい 飲むヨーグルト(ストロベリー) 動物型ビスケット 揚げせんべい
29 (水)	ツナ団子のケチャップ和え 切り干し大根のナムル みそ汁(もやし・わかめ)	米、ももゼリー(卵不使用)、星型せんべい(卵不使用)、油、片栗粉、パン粉、砂糖、ごま油	ツナ、卵、いわし(煮干し)、わかめ	もやし、にんじん、たまねぎ、コーン、切り干しだいこん	白みそ、ケチャップ、しょうゆ、酢、食塩	ごはん	野菜せんべい 麦茶 ももゼリー 星型せんべい
30 (木)	遠足	じゃがいも、油	あおのり		食塩		かぼちゃポーロ 麦茶 のりポテト
31 (金)	☆ハロウィン パンプキンカレー かぶときゅうりのサラダ ポークシューマイ	米、小麦粉、砂糖、バター、油	牛乳、しゅうまい(卵不使用)、鶏もも肉(小間)、卵、スキムミルク	かぼちゃ、かぶ、たまねぎ、にんじん、きゅうり	カレールウ(アレルギーフリー)、しょうゆ、酢、ペーキングパウダー	ごはん	バナナ 牛乳 手作りマドレーヌ

☆は、保育所年長児クラスといずみの学園のお友達のリクエストメニューです。

◎都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

ハロウィンにちなみ、
保育所では31日に
「パンプキンカレー」
を提供します♪



10月の食材

さんま、きのこ類、さつま芋
かぶ、玉ねぎ、人参、小松菜
食用菊、栗、柿



秋の食材「きのこ」クイズ



何の種類
のきのこでしょうか。
ぜひお子様と一緒に
考えてみてください。

※献立表下部に
答えが載っています。

給と栄養量

3歳未満児 エネルギー 491キロカロリー
たんぱく質 18.5g 脂質 17.6g 炭水化物 68.8g 食塩 1.8g
3歳以上児 エネルギー 534キロカロリー
たんぱく質 20.6g 脂質 19.3g 炭水化物 73.8g 食塩 2.0g

4970kcal キーワード
4970kcal キーワード 4970kcal キーワード