



2025年

10月

給食献立表



立花ひよこ保育園

(月) 6, 20				(火) 7 (お月見)				(水) 8, 22				(木) 23, (水) 1				(金) 24, (木) 2				(土) 25			
昼食	鮭の塩焼き	鮭塩	40 少々	お月見バーグ	豚ミンチ/牛ミンチ	各30	すきやき風煮	牛肉/人参	20/15	かき揚げ	素干しえび	1	マーボー豆腐	豚ミンチ	20	中華丼	有機米	50	豚肉	10			
					玉ねぎ	30			白菜		40			豆腐/長ねぎ	50/10			白菜	30				
					コンソメ/塩こしょう	少々			生椎茸		8			えのき/パプリカ	20/5			人参/しめじ	10				
	煮びたし	小松菜	40		パン粉/かぼちゃ	2/10		長ねぎ	10		さつま芋	20		にんにく/生姜	少々		玉ねぎ	10					
		人参/えのき	10	五色和え	大根/きゅうり	15/10		焼き豆腐	15		ごぼう	5		赤みそ/みりん	3/1		チンゲン菜	5					
		うすあげ	5			人参/ハム	10/5		糸こんにゃく	20		薄力粉	10		しょうゆ	2		しょうゆ	2				
	かつお節	適量			もやし	15		しょうゆ	3		こめ油	10		片栗粉/こめ油	少々		塩こしょう	少々					
	しょうゆ/みりん	2/1		白みそ/しょうゆ	3/1		砂糖	2		酢の物	生わかめ	10	春雨サラダ	春雨/コーン	6/5		片栗粉	1					
			里芋汁	里芋/人参	20/8		ふかし芋	さつま芋	50		きゅうり	20			人参	8	粉ふき芋	じゃが芋	30				
				しめじ/ごぼう	10/5		みそ汁	大根	20		梨/人参	10/5			キャベツ/きゅうり	15			のり	少々			
				麦みそ	5			麩/わかめ	1/0.1		酢/砂糖	3/1		酢/しょうゆ	2			塩	少々				
				ごはん	有機米	50		麦みそ	4		麦みそ	4		砂糖/ごま油	0.5								
				お月見団子	白玉粉	10	菜飯	有機米	50	きのこごはん 23日 (栗ごはん)	しめじ/まいだけ	5	ずまし汁	玉ねぎ	25	みそ汁	えのき	20					
				上新粉/砂糖	5/2			小松菜/ごま	8/0.5			みつば		2			わかめ	0.1		豆腐/青ねぎ	10/2		
				きな粉	2			塩	0.1			しょうゆ/塩		2/少々			しょうゆ	1		麦みそ	5		
おやつ	昆布	有機米	30	お月見クッキー	さつま芋	25	マカロニのあべかわ	マカロニ	15	りんごケーキ	薄力粉/りんご	20	黒糖ちんすこう	薄力粉	20	自然食品菓子							
	おにぎり	昆布塩	2 0.1			薄力粉/砂糖		20/6			きな粉	4			砂糖/B.P					5/0.3		こめ油	7
						こめ油		6			砂糖/塩	2/少々			バター					4		黒砂糖	3
	果物	りんご		果物牛乳	梨	少々	果物牛乳	りんご		果物牛乳	りんごジュース	10	果物牛乳	梨	3	牛乳							
(月) 27, (金) 3				(火) 14, 21, 28				(水) 15, 29				(木) 16, 30				(金) 17, 31				(土) 4, 18			
昼食	さんまのパン粉焼き	さんま	40	肉じゃが	豚肉	20	炒り鶏	里芋/鶏肉	20	冬瓜と鶏肉の煮物	冬瓜	60	ツナボール 31日 (鯖の塩焼き)	豆腐/ツナ	40/10	スパゲティ	スパゲティ	30					
		オリーブ油	2			じゃが芋/玉ねぎ		40/30			人参	15			鶏肉		30		玉ねぎ/人参	10/5		豚ミンチ	20
		しょうゆ	1			人参		20			干し椎茸	1			チンゲン菜/人参		8/15		れんこん/青ねぎ	8/3		人参	10
	27日(めろんぐみさんまの塩焼き)	パン粉/パセリ	5/1		糸こんにゃく	20		れんこん/ごぼう	15		生姜/片栗粉	少々		塩こしょう	少々		玉ねぎ	30					
	ひじき煮	ひじき/人参	3/8		チンゲン菜	8		こんにゃく	10		しょうゆ	2		しょうゆ/片栗粉	1/2		ピーマン	5					
		うすあげ	5		しょうゆ	3		こめ油	0.5		みりん/砂糖	1		パン粉/こめ油	5/3		ケチャップ	10					
	干し椎茸	1	もやしのナムル	砂糖/みりん	2/1	スパサラ	しょうゆ	2	人参サラダ	人参	25	切干大根の中華風サラダ	切干大根	7	かぼちゃ煮	かぼちゃ	40						
	こんにゃく	10			砂糖/みりん		1/2			スパゲティ	10			もやし		15		人参	20		しょうゆ	1	
	いんげん	3			スパゲティ		8/5			人参/コーン	8/5			コーン		8		きゅうり	25		砂糖	1	
	しょうゆ	3		もやし/ごま	15/1		玉ねぎ	15		ほうれん草	15		酢/しょうゆ	3/2	スープ	豆腐	15						
	砂糖/こめ油	2/0.5		しょうゆ/酢	1/0.5		きゅうり	15		酢/こめ油	1		砂糖/ごま	1			わかめ	0.1					
				塩/ごま油	0.2/0.5		豆乳マヨネーズ	5		砂糖/しょうゆ	1						コンソメ	適量					
	みそ汁	キャベツ	10	みそ汁	大根	15	みそ汁	大根	20	みそ汁	玉ねぎ	15	みそ汁	えのき	15	自然食品菓子							
		玉ねぎ	10			もずく		10			さつま芋	15			もやし					8		チンゲン菜	8
		かぼちゃ	10			麦みそ		4			麦みそ	4			麦みそ					4		麦みそ	4
	五穀ごはん	五穀米	適量	ごはん	有機米	55	五穀ごはん	五穀米	適量	ごはん	有機米	55	ごはん	有機米	55	牛乳							
おやつ	さつま芋天	さつま芋	50	かっぱ焼き	薄力粉	15	米粉と豆腐のブラウニー	絹ごし豆腐	16	恐竜の卵	白玉粉	15	かぼちゃ餅	かぼちゃ	60	自然食品菓子							
		薄力粉	4			米粉/砂糖		5			上新粉	5			片栗粉					3			
		砂糖/塩	少々			ココアパウダー/こめ油		1/0.8			黒砂糖	5			バター/こめ油					1			
	果物牛乳	りんご	3	14日(お楽しみ)	こめ油	1		片栗粉/B.P	1/1.2	果物牛乳	B. P	0.5	31日(ハロウィン団子)	りんご									

※数字は、幼児の予定可食量です。乳児は幼児の予定可食量×0.9として計算します。 ※果物は、変更になる場合があります。

※五穀ごはんに入っている五穀 (もちきび・もちあわ・はとむぎ・大麦・アマランサス) は、ビタミン、ミネラル、鉄分、カルシウムが豊富です。

※9日 (木) は、チキンスペアリブ (つけ合わせ 人参)・ネパネパ/和え・すまし汁 (オクラとわかめ)・ごはんのリクエストメニューになります。おやつは、もちもちチーズパン・みかん・牛乳 になります。

※10日 (金) は運動会ががんばろうメニューで、カツ巻きロール・マカロニサラダ・手作りみその元気もりもり汁・がんばろうふりかけごはん、おやつはドーナツ・りんご・牛乳 です。