



# 給食献立表

令和7年度

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギー たんぱく質	
1	土	保育参観						
4	火	魚の天ぷら～あんかけソース～ ひじきと大豆の煮物 人参のみぞ汁 バイン缶	粉乳 ★米粉さつまいもボール	まだい・鶏もも・だいす・油揚げ 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳 普通牛乳	小麦でん粉・なたね油・車糖 かたくり粉・ごま油・じゃがいも さつまいも・米粉・無塩バター・ごま	たまねぎ・にんじん・ほしひじき さやえんどう・りょくとうもやし えのきたけ・こねぎ バインアップル缶詰	455kcal 26.0g	
5	水	親子煮 がね みかん缶	オレンジ	粉乳 ★メイプルマフィン	鶏もも・鶏卵・かつお節・脱脂粉乳 明治ラブ	車糖・さつまいも・薄力粉 コーンスター・なたね油 ホットケキミックス・無塩バター メープルシロップ	たまねぎ・生しいたけ・にんじん こまつな・こねぎ・だし昆布 西洋かぼちゃ・なら・みかん缶詰	467kcal 23.6g
6	木	そぼろのあんかけうどん 一食納豆 柿	粉乳 ★チヨコメロン棒	鶏ひき肉・豚ひき肉・油揚げ かつお節・糸引き納豆・脱脂粉乳	うどん・なたね油・食パン 無塩バター・グラニュー糖・薄力粉 ミルクチョコレート	たまねぎ・にんじん・ごぼう・えのきたけ こまつな・はくさい・ま昆布・かき	444kcal 21.7g	
7	金	かぼちゃコロッケ ナマル ワカメスープ 黄桃缶	粉乳(ココア入) ★ミニアメリカンドッグ	豚ひき肉・鶏卵・かつお節 脱脂粉乳・魚肉ソーセージ 普通牛乳	じゃがいも・薄力粉・パン粉 なたね油・車糖・ごま油・ごま ホットケキミックス・じゃがりこ	西洋かぼちゃ・にんじん・たまねぎ こまつな・りょくとうもやし スイートコーン缶詰・焼きのり・カットわかめ こねぎ・もも缶詰	459kcal 19.5g	
8	土	芋汁 マグロメンチカツ バナナ	牛乳 ショコラロール	鶏もも・油揚げ・木綿豆腐 かつお節・麦みそ・普通牛乳	じゃがいも・さつまいも・なたね油 ロールパン	たまねぎ・にんじん・大根・こねぎ だし昆布・バナナ	446kcal 22.0g	
10	月	おでん 鶏ひき肉のみぞ焼き オレンジ	粉乳 ★もちもちチーズパン	鶏もも・焼き竹輪・蒸しかまぼこ 厚揚げ・鶏卵・かつお節・鶏ひき肉 木綿豆腐・麦みそ・脱脂粉乳 パルメザンチーズ・普通牛乳	じゃがいも・さといも・車糖 なたね油・パン粉・白玉粉	たまねぎ・にんじん・大根・さやえんどう だし昆布・こねぎ・パセリ バレンシアオレンジ	423kcal 25.6g	
11	火	魚の蒲焼き風煮 胡麻和え 大根のみぞ汁 バイン缶	粉乳(ココア入) ★お芋クッキー	しいら・麦みそ・まぐろ缶詰・煮干し 脱脂粉乳・鶏卵	かたくり粉・なたね油・車糖・ごま ホットケキミックス・さつまいも 無塩バター	しようが・こまつな・にんじん りょくとうもやし・さゆうり・スイートコーン プロッコリー・生しいたけ・たまねぎ 大根・こねぎ・バインアップル缶詰	425kcal 26.1g	
12	水	【誕生会】 秋の吹き寄せご飯 チキンカツ ウィンナー フライドポテト 和風サラダ ミニトマト 揚げと豆腐のスープ みかん	粉乳 ケーキ	鶏もも・鶏卵・ウインナー ロースハム・油揚げ・木綿豆腐 かつお節・脱脂粉乳	さつまいも・薄力粉・パン粉 なたね油・車糖・フライドポテト ショートケーキ	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ 生しいたけ・だし昆布・パセリ・キャベツ きゅうり・スイートコーン缶詰・こまつな ミニトマト・はくさい・こねぎ・ま昆布 温州みかん		
13	木	中華スープ ミートローフ バナナ	元気ヨーグルト ★ベーコンポテトパイ風	油揚げ・鶏ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳・ベーコン	じゃがいも・緑豆はるさめ なたね油・パン粉・車糖 元気ヨーグルト・ぎょうざの皮 マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ 生しいたけ・えのきたけ・こまつな だし昆布・プロッコリー・さやいんげん パセリ・バナナ	416kcal 17.1g	
14	金	鶏肉のオレンジ焼き こまつなサラダ 野菜スープ 黄桃缶	粉乳 ★ピザトースト	鶏もも・ベーコン・かつお節 脱脂粉乳・エメンタールチーズ	ママレード・マヨネーズ・ごま 食パン	こまつな・りょくとうもやし・きゅうり にんじん・スイートコーン・大根・はくさい ほんしめじ・ま昆布・もも缶詰 青ビーマン・たまねぎ	434kcal 25.6g	
15	土	みそラーメン 野菜の塩昆布和え Feすりおろしじゃー	牛乳 塩せん	豚もも・鶏卵・麦みそ・豆みそ 豚ガラ・鶏ガラ・普通牛乳	中華めん・ごま Feすりおろしじゃー・塩せんべい	しようが・ににく・にんじん りょくとうもやし・たまねぎ・キャベツ スイートコーン・こねぎ・きゅうり・塩昆布	384kcal 20.1g	
17	月	八宝菜 ツナ入り卵焼き みかん缶	粉乳(ココア入) ★ちんすこう	豚かた・しばえび・蒸しかまぼこ 豚ガラ・鶏ガラ・鶏卵・まぐろ缶詰 脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・車糖 薄力粉・無塩バター	たまねぎ・青ビーマン・にんじん たけのこ水煮缶詰・はくさい チングンサイ・こねぎ・みかん缶詰	418kcal 23.9g	
18	火	ブリの塩焼き ほうれん草の中華和え 里芋のみぞ汁 バイン缶	粉乳 ★パン・ソース・キンドーオーブ	ぶり・麦みそ・煮干し・脱脂粉乳 鶏卵・絹ごし豆腐・きな粉	車糖・ごま油・さといも ホットケキミックス・なたね油	大根・こねぎ・ほうれんそう 切干だいこん・にんじん・はくさい たまねぎ・えのきたけ バインアップル缶詰・西洋かぼちゃ	401kcal 26.3g	
19	水	春雨と豚肉の炒め物 のり佃煮 もずくスープ オレンジ	粉乳 ★スイートポテトケーキ	豚かた・蒸しかまぼこ・鶏卵 木綿豆腐・かつお節・脱脂粉乳 クリーム・普通牛乳	緑豆はるさめ・ごま油・車糖・ごま さつまいも・ホットケキミックス 無塩バター	たまねぎ・にんじん・生しいたけ キャベツ・Feのり佃煮・おさなわもずく りょくとうもやし・こねぎ・ま昆布 バレンシアオレンジ	394kcal 19.7g	
20	木	冬のあつたか汁 そぼろ納豆 バナナ	粉乳 ★ティラミス風トースト	鶏もも・厚揚げ・かつお節・麦みそ 挽きわり納豆・豚ひき肉・鶏ひき肉 鶏卵・脱脂粉乳・クリームチーズ	じゃがいも・さといも・なたね油 車糖・食パン	たまねぎ・にんじん・大根・かぶ 西洋かぼちゃ・こねぎ・だし昆布 ほうれんそう・バナナ	452kcal 25.1g	
21	金	チーズハンバーグ おかか和え かきたま汁 黄桃缶	ジョア ★アップルパイ	豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 プロセスチーズ・まぐろ缶詰 かつお削り節	パン粉・車糖・かたくり粉・パイ皮 グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・青ビーマン キャベツ・こまつな・りょくとうもやし きゅうり・スイートコーン・プロッコリー えのきたけ・もも缶詰・りんご	450kcal 23.0g	
22	土	肉うどん 野菜のチヂミ みかん	牛乳 アボカド・スピスケット	豚かた・油揚げ・かつお節 普通牛乳	うどん・なたね油・車糖 野菜のチヂミ・アボカド・スピスケット	しようが・ににく・たまねぎ・ごぼう にんじん・生しいたけ・こまつな・こねぎ だし昆布・温州みかん	483kcal 18.5g	
25	火	きびなごの磯部揚げ 五目煮豆 かぶのみぞ汁 バイン缶	粉乳 ★お好み焼き	きびなご・鶏もも・だいす・かつお節 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳・鶏卵 ベーコン・さくらえび	かたくり粉・なたね油・車糖 じゃがいも・薄力粉・ながいも	しようが・あおのり・にんじん・ごぼう 生しいたけ・たけのこ水煮缶詰 グリンピース・なが昆布・かぶ・たまねぎ えのきたけ・こねぎ バインアップル缶詰・キャベツ	403kcal 30.2g	
26	水	チキンカレー マカロニサラダ オレンジ	粉乳 ★ふくれ菓子	鶏もも・鶏卵・ロースハム 脱脂粉乳・明治ラブ	じゃがいも・なたね油 マカロニ・スイートポテト・マヨネーズ 中力粉・黒砂糖	たまねぎ・青ビーマン・プロッコリー にんじん・西洋かぼちゃ・きゅうり スイートコーン缶詰・バレンシアオレンジ	475kcal 19.7g	
27	木	けんちん汁 ひじき入りつくね バナナ	粉乳 ★イック・チーズトースト	鶏もも・油揚げ・木綿豆腐・麦みそ かつお節・鶏ひき肉・鶏卵 脱脂粉乳・プロセスチーズ	じゃがいも・さといも・なたね油 かたくり粉・車糖・食パン マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・ごぼう・大根 たけのこ水煮缶詰・こねぎ・だし昆布 ほしひじき・バナナ	488kcal 27.3g	
28	金	鶏の唐揚げ イタリアンサラダ おさ汁 みかん缶	粉乳(ココア入) ★米粉のホットケーキ	鶏もも・ロースハム・鶏卵 木綿豆腐・かつお節・脱脂粉乳 普通牛乳・ホイップクリーム	かたくり粉・なたね油・車糖・米粉 ホットケキミックス	しようが・ににく・バセリ・キャベツ きゅうり・にんじん・スイートコーン缶詰 あおさ・りょくとうもやし・生しいたけ こねぎ・ま昆布・みかん缶詰	439kcal 23.4g	
29	土	おゆうぎ会						

※ このマークの日はご飯はいりません

※1日(保育参観)、29日(お遊戯会)の給食はありません。

☆食材等の確認をしていただき、園で初めて口にする食べ物がないようにお願ひします。