



10月分給食献立表



みどりの保育園

2025年9月30日

日	曜	昼 食	未満児 朝のおやつ	午後のおやつ
1	水	八宝菜 小女子 中華スープ 果物	ヨーグルト	牛乳 バナナあずきケーキ
2	木	なすそばろ丼 卵サラダ 味噌汁 果物	牛乳	ジュース パイ
3	金	ナポリタン ツナサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 蒸しパン
4	土	肉野菜炒め トマト スープ 果物		牛乳 サブレ
6	月	肉じゃが じゃこサラダ 味噌汁 果物	牛乳	麦茶 お月見団子 おせんべい
7	火	パン かぼちゃのクリーム煮 グリーンサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 ツナカレーおにぎり
8	水	カジキのねぎソース 人参ごま味噌和え かきたま汁 果物	牛乳	フルーツポンチ
9	木	わかめご飯 鶏肉のさっぱり煮 ひじきサラダ 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 マカロニきな粉
10	金	ドライカレー 春雨サラダ 麦茶 果物	ヨーグルト	牛乳 ととやき
11	土	運動会		
13	月	スポーツの日		
14	火	焼きそば 豆サラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 バウムクーヘン
15	水	サバの味噌煮 白菜おかかチーズ和え すまし汁 果物	ヨーグルト	牛乳 ピザトースト
16	木	筑前煮 納豆 味噌汁 果物	牛乳	フルーツヨーグルト
17	金	唐揚げ コーンサラダ 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 クッキー
18	土	そばろ丼 サラダ 麦茶 果物		牛乳 おせんべい
20	月	カレー マセドアンサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 カステラ
21	火	スペイン風オムレツ コールスローサラダ スープ 果物	牛乳	牛乳 ビスコ
22	水	きのこうどん かぼちゃのそばろ煮 果物	牛乳	牛乳 グラタントースト
23	木	人参ごはん 鮭の塩焼き お浸し 豚汁 果物	ヨーグルト	牛乳 アップルスイートポテトケーキ
24	金	タンドリーチキン スパサラ かぶスープ 果物	牛乳	牛乳 おせんべい
25	土	鶏肉のこってり煮 サラダ 味噌汁 果物		牛乳 クッキー
27	月	栗おこわ タラの野菜あんかけ トマト 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 ドーナツ
28	火	味噌ラーメン さつま芋の甘煮 果物	牛乳	ゼリー クラッカー
29	水	すき焼き風煮 わかめサラダ 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 サブレ
30	木	おばけチーズハンバーグ マカロニサラダ コーンスープ 果物	ヨーグルト	牛乳 スイートパンブキン
31	金	お弁当の日	牛乳	牛乳 アップルパイ

お弁当の日

収穫の秋

秋は実りの季節です。いも類、果物、魚、きのこなど、秋はおいしい食材がたくさんあります。旬の食材には栄養も豊富です。秋の味覚を存分に味わって、かせなどに負けず元気いっぱい過ごしましょう。

お月見

お月見とは、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。月に見立てた丸い団子や里芋と、邪気を払うススキをお供えします。

