



令和 8年 10月 学校給食予定献立表(幼稚園)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
1	木	ミニパン ギョウにゅう チキンソテー たまねぎソース コールスローサラダ ミートスパゲティ	パン さとう あぶら スパゲティ	ギョウにゅう とりにく ぶたにく	たまねぎ キャベツ にんじん ごぼう コーン なす トマト こまつな にんにく	490 18.4
2	金	ごはん ギョウにゅう あげこめこぎょうざ(2こ) マーボーなす チンゲンサイのスープ	ごはん こめこ さとう あぶら でんぱん じゃがいも ごまあぶら	ギョウにゅう ぶたにく みそ ペーコン	キャベツ にら しょうが なす たまねぎ にんじん チンゲンサイ コーン たけのこ しろねぎ	462 14.6
5	月	 給 食 は あ り ま せ ん				
6	火					
7	水	ごはん ギョウにゅう そばうどんのぐ(セルフ) いそかあえ さといものごまに	ごはん さとう あぶら さといも じゃがいも ごま	ギョウにゅう ぶたにく ひじき ツナ のり ちくわ とりにく	たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが キャベツ もやし ごぼう ほうれんそう こんにゃく ほししいたけ	454 19.1
8	木	パン ギョウにゅう あつあげのトマトに ★◆だいこんのじゃこサラダ クリームシチュー	パン さとう あぶら でんぱん さつまいも じゃがいも こめこ	ギョウにゅう あつあげ ぶたにく だいず わかめ こんぶ ちりめんじゃこ とりにく	たまねぎ なす トマト だいこん もやし コーン にんじん なましいたけ ほうれんそう マッシュルーム	455 17.0
9	金	行事食【目の愛護デー】 ごはん ギョウにゅう さけのわふうあんかけ にんじんしりしり なすのみそしる ブルーベリーゼリー	ごはん でんぱん あぶら さとう ごまあぶら	ギョウにゅう さけ みそ ぶたにく とうふ わかめ	しめじ ほうれんそう コーン にんじん こまつな なす かぼちゃ チンゲンサイ たまねぎ ねぎ ブルーベリー	441 18.5
13	火	ごはん ギョウにゅう さつまいもコロケ こまつなとひじきのあえもの がんもどきのふくめに	ごはん さつまいも パンこ こむぎこ あぶら さとう じゃがいも でんぱん	ギョウにゅう ひじき ツナ がんもどき とりにく	こまつな にんじん キャベツ たまねぎ さやいんげん	474 15.8
14	水	ごはん ギョウにゅう ぶたにくのあまずいため チンゲンサイのマヨネーズあえ とうふのみそしる	ごはん さとう あぶら マヨネーズ じゃがいも	ギョウにゅう ぶたにく ツナ とうふ あぶらあげ わかめ みそ	たまねぎ キャベツ チンゲンサイ もやし にんじん ねぎ	452 19.5
15	木	ミニパン ギョウにゅう とりにくのきのこソース かぼちゃのサラダ ポークビーンズ	パン さとう あぶら でんぱん マヨネーズ じゃがいも	ギョウにゅう とりにく ポークハム だいず ぶたにく	しめじ えのきたけ かぼちゃ こまつな たまねぎ コーン にんじん トマト パセリ	475 19.1
16	金	地産地消献立 あきやさいのカレーライス ギョウにゅう ウインナーのソテー くろまめのえだまめ	ごはん さつまいも さといも あぶら こむぎこ	ギョウにゅう ぶたにく ウインナー	たまねぎ れんこん かぼちゃ しめじ にんにく しょうが もやし こまつな にんじん コーン えだまめ	457 17.6
19	月	ごはん ギョウにゅう ◆あまからチキン ほうれんそうのかつおあえ ぶたじる	ごはん でんぱん あぶら さとう	ギョウにゅう とりにく チキンハム ぶたにく かつおぶし とうふ みそ	ほうれんそう もやし だいこん キャベツ にんじん ごぼう コーン こんにゃく ねぎ	444 22.3
20	火	ごはん ギョウにゅう ★のりかつおふりかけ ◆ごぼうとぶたにくのしょうがいため おからサラダ キムチスープ	ごはん さとう あぶら マヨネーズ じゃがいも	ギョウにゅう ぶたにく おから チキンハム とうふ とりにく かつおぶし のり	ごぼう にんじん こんにゃく しろねぎ しょうが たまねぎ コーン はくさいキムチ えのきたけ ねぎ チンゲンサイ	439 17.9
21	水	ごはん ギョウにゅう さばのみそだれかけ ◆ひねどりのポンずあえ けんちんじる	ごはん さとう ごま ごまあぶら さといも	ギョウにゅう さば みそ とりにく とうふ あぶらあげ	きゅうり もやし にんじん ゆず だいこん れんこん こんにゃく ねぎ	448 19.7
22	木	ミニパン ギョウにゅう ハンバーグ デミグラスソース ★◆きりぼしだいこんのサラダ きのこのスープ	パン さとう でんぱん じゃがいも マヨネーズ さつまいも	ギョウにゅう ぶたにく とりにく チキンハム	たまねぎ きりぼしだいこん もやし にんじん コーン しめじ えのきたけ なましいたけ キャベツ	468 17.4
23	金	ごはん ギョウにゅう とりにくのゆずふうみあげ もやしとハムのかつおあえ さつまいものみそしる	ごはん でんぱん あぶら さとう さつまいも	ギョウにゅう とりにく チキンハム かつおぶし ぶたにく みそ	ゆず もやし こまつな にんじん だいこん たまねぎ ごぼう ねぎ こんにゃく	440 16.5
26	月	ごはん ギョウにゅう あつあげのごもくに ◆ごぼうのポテトサラダ ◆こんさいのそばろじる	ごはん さとう でんぱん じゃがいも マヨネーズ	ギョウにゅう あつあげ とりにく ポークハム とうふ ぶたにく あぶらあげ	こんにゃく たけのこ にんじん ねぎ さやいんげん ほししいたけ ごぼう たまねぎ コーン だいこん れんこん	454 17.4
27	火	ごはん ギョウにゅう かますのこうみあげ ツナみそサラダ にくじゃが	ごはん でんぱん あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも	ギョウにゅう かます ツナ しろみそ ぶたにく さつまあげ	にんにく しょうが しろねぎ キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ いとこんにゃく	474 19.1
28	水	ごはん ギョウにゅう なすとぶたにくのあまからいため さつまいものサラダ れんこんスープ	ごはん あぶら さとう さつまいも オリーブあぶら でんぱん	ギョウにゅう ぶたにく あつあげ ポークハム とりにく あぶらあげ	なす しろねぎ たまねぎ きゅうり れんこん だいこん にんじん えのきたけ ねぎ しょうが	454 17.8
29	木	パン ギョウにゅう てりやきミートボール ★◆こんぶサラダ ポトフ	パン でんぱん あぶら さとう さつまいも さといも	ギョウにゅう ぶたにく とりにく こんぶ チキンハム かつおぶし ウインナー	たまねぎ さやいんげん もやし きゅうり こまつな にんじん キャベツ れんこん チンゲンサイ なましいたけ しめじ	459 19.0
30	金	行事食【ハロウィン】 ごはん ギョウにゅう タンダー-ふうチキン かぼちゃのスープ ★ぶどうのカラフルゼリー	ごはん マヨネーズ さつまいも さとう	ギョウにゅう とりにく ウインナー	かぼちゃ たまねぎ キャベツ マッシュルーム パセリ ぶどう みかん	438 17.1