



2025年10月献立表



淀さくら保育園

日 (曜日)	27日 (月)	14・28日 (火)	1・15・29 日(水)	2・16・30 日(木)	3・17 日(金)	4日 (土)	18日 (土)	6・20日 (月)	7・21日 (火)	8・22日 (水)	9・23日 (木)	10・24日 (金)	11・25日 (土)
昼食	①ごはん ②チャブチェ ③大根のスープ	①ごはん ②ししゃもフライ ③キャベツと三度豆の和え物 ④なめこ汁	①さつまいもごはん ②春雨の酢の物 ③具だくさんみそ汁	①ナポリタン風 スパゲティ ②はくさいとえのきのスープ	①秋野菜カレー ②マカロニサラダ 31日 ①ハロウィンカレー ②マカロニサラダ	①ごはん ②牛肉と野菜の炒め物 ③もやしと小松菜のすまし汁	①パン ②パン ③チーズ ④コーンスープ 運動会	①ごはん ②すきやき風 ③きゅうりとにんじんの甘酢和え	①ごはん ②さんまの塩焼き ③ほうれん草の白和え ④にんじんと豆苗のすまし汁	①パン ②チキングラタン ③野菜スープ	①みそラーメン ②千切りナムル	①ごはん ②さわらのしょうが煮 ③キャベツのきのこ和え ④とうふのみそ汁	①ごはん ②豚肉の鉄火煮 ③ちんげん菜のすまし汁
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料
	米	米	米	米	米	米	シュガーバターコンペ	米	米	山型パン	ゆで中華そば	米	米
	豚ミンチ	ししゃも	さつまいも	スパゲティ	さつまいも	牛肉	ハムマヨバニ二	牛肉	さんま	鶏肉	豚肉	さわら	豚肉
	たまねぎ	小麦粉	だしこんぶ	油	かぼちゃ	濃口しょうゆ	25.0 30.0	焼き豆腐	食塩	小麦粉	もやし	しょうが	じゃがいも
	にんじん	水	薄口しょうゆ	たまねぎ	ピーマン	きやべつ	25.0 30.0	白菜	0.0 0.0	バター	はくさい	しょうが	砂糖
	ニラ	パン粉	黒ごま	ウスターソース	しめじ	たまねぎ	15.0 15.0	たまねぎ	0.0 0.0	マカロニ	にんじん	にんじん	たまねぎ
	ごま油	油	春雨	トマトピューレ	たまねぎ	にんじん	40.0 50.0	系こんにやく	25.5 35.0	たまねぎ	青ねぎ	スープの素	みそ
	春雨	油	胡瓜	にんにく	しょうが	スーの素	40.0 50.0	焼き麩	6.8 9.7	牛乳	スーの素	薄口しょうゆ	砂糖
	にんにく	キャベツ	ハム	油	カレー粉	片栗粉	25.0 30.0	砂糖	20.0 25.0	牛乳	薄口しょうゆ	キャベツ	砂糖
おやつ	だいこん	三度豆	みそ	スーの素	米粉	もやし	1.0 1.2	水	1.0 1.2	スーの素	みそ	切干大根	豆腐
	青ねぎ	にんじん	砂糖	食塩	白ぶどう酒	小松菜	50.0 70.0	きゅうり	0.1 0.2	パン粉	水	にんじん	わかめ
	スーの素	濃口しょうゆ	薄口しょうゆ	白ぶどう酒	はくさい	だしこんぶ	0.1 0.2	にんじん	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
	薄口しょうゆ	なめこ	豆腐	豚バラ肉	えのき	水	0.1 0.2	きゅうり	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
	水	豆腐	みそ	にんじん	スーの素	薄口しょうゆ	0.1 0.2	にんじん	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
		みそ	赤みそ	大根	スーの素	薄口しょうゆ	0.1 0.2	にんじん	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
		だしかつお	だしかつお	ごぼう	スーの素	薄口しょうゆ	0.1 0.2	にんじん	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
		水	水	みそ	スーの素	薄口しょうゆ	0.1 0.2	にんじん	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
				みそ	スーの素	薄口しょうゆ	0.1 0.2	にんじん	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
				みそ	スーの素	薄口しょうゆ	0.1 0.2	にんじん	1.0 2.0	パン粉	水	濃口しょうゆ	みそ
おやつ	①牛乳 ②インドサモサ風	①牛乳 ②カステラ	①牛乳 ②くだもの ③こんぶ(幼児) ④せんべい(乳児)	①牛乳 ④おかかおにぎり	①牛乳 ②しましまロール 31日ハロウィン ②パンキンプリ	①牛乳 ②うさぎ饅頭	①牛乳 ②うさぎ饅頭	①牛乳 ②クラッカーサンド	①牛乳 ②マロンケーキ	①牛乳 ②フルーツポンチ	①牛乳 ②おさつパンケーキ	①牛乳 ②抹茶ういろ	①牛乳 ②ミニメロンパン
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	豚ミンチ	カステラ	かき	米	ロールケーキ	まんじゅう	まんじゅう	クラッカー	小麦粉	黄桃缶	さつまいも	小麦粉	ミニメロンパン
	ギョウザの皮		こんぶ	花かつお	31日			いちごジャム	バナナ	バナナ	砂糖	抹茶	
	カレー粉		ぼりんこ	濃口しょうゆ	パンキンプリ				卵	みかん缶	油	砂糖	
	じゃがいも				牛乳				ベーキングパウダー	砂糖	豆乳	水	
	大豆クラッシュ				プリンミックス				牛乳	水	米粉(上新粉)		
	ケチャップ				南瓜				マロンペースト		油		
	油				ホイップ				生クリーム				



朝夕が涼しくなり、すっかり秋の気配が感じられるようになりました。秋は美味しい食材がたくさん出回り「実りの秋」「食欲の秋」と言う言葉がピッタリです。今月は運動会や遠足など、体をたくさん動かす行事もありますので朝ごはんをしっかり食べて元気に1日をスタートしましょう♪ さて今月も万博にちなんで、フランス語で表面に焦げ目をつけた料理と言う意味を持つ「グラタン」、韓国料理の「チャブチェ」、インドの「サモサ風」を献立に取り入れていますので楽しみに～！