



巨勢保育園

10月 予定献立表

令和8年10月1日

日付	曜日	昼 食	3時おやつ	未満児追加食		つぼみ献立
				10時	昼食	
1日	木曜	麦ご飯 豆腐ハンバーグ 胡瓜とわかめの酢の物 大根の味噌汁 いりこ	スキムヨーグルト	牛乳	南瓜煮	お粥 ハンバーグ 芋煮 味噌汁 フルーツ
2日	金曜	麦ご飯 ポークカレー 卵サラダ フルーツ	棒アイス お菓子	牛乳	マカロニソテー	人参粥 肉団子 野菜煮 スープ フルーツ
3日	土曜	運 動 会 (パン・ジュース)				
5日	月曜	コッペパン グラタン 野菜サラダ トマトスープ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	スクランブルエッグ	お粥 鶏肉魚 野菜和え スープ フルーツ
6日	火曜	麦ご飯 魚の磯辺焼き 大根と厚揚げ煮 しめじの味噌汁 いりこ	ブラマンジェ	牛乳	胡瓜のサラダ	お粥 蒸し魚 大根煮 味噌汁 フルーツ
7日	水曜	青菜ご飯 ささみフライ さつま芋サラダ 麩のすまし汁 いりこ	牛乳 バナナ	牛乳	高野豆腐煮	お粥 ささみ煮 芋煮 すまし汁 フルーツ
8日	木曜	麦ご飯 鮭のバターしょうゆ焼き 竹輪の甘辛煮 わかめのすまし汁 フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	トマト和え	お粥 煮魚 豆腐煮 すまし汁 フルーツ
9日	金曜	麦ご飯 松風焼き ひじきの煮物 えのきのすまし汁 いりこ	おにぎり	牛乳	白和え	お粥 鶏団子 野菜和え すまし汁 フルーツ
10日	土曜	焼きそば フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	芋煮	うどん フルーツ
12日	月曜	ス ポ ー ツ の 日				
13日	火曜	ジャムパン 鶏肉のピカタ 野菜添え きくらげのスープ フルーツ	牛乳 チョコ蒸しパン	牛乳	マッシュポテト	お粥 鶏肉煮 野菜和え スープ フルーツ
14日	水曜	麦ご飯 魚のパン粉焼き じゃが芋の煮物 うす揚げの味噌汁 いりこ	スキムミルク バナナ	牛乳	ほうれん草の和え物	お粥 煮魚 じゃが芋煮 味噌汁 フルーツ
15日	木曜	きのご飯 鶏肉のレモン煮 和風サラダ かきたま汁 フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	炒り豆腐	野菜粥 鶏団子 南瓜煮 すまし汁 フルーツ
16日	金曜	麦ご飯 魚の西京焼き 焼きビーフン えのきのすまし汁 いりこ	牛乳 スイートポテト	牛乳	胡瓜の和え物	お粥 蒸し魚 野菜煮 すまし汁 フルーツ
17日	土曜	にゅうめん フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	煮魚	にゅうめん フルーツ
19日	月曜	コッペパン ミートスパゲティ 野菜サラダ ほうれん草のスープ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	粉ふきいも	お粥 肉団子 野菜和え スープ フルーツ
20日	火曜	麦ご飯 魚のごま醤油焼き 炒り豆腐 きのこと汁 いりこ	ココアムース	牛乳	白菜の和え物	お粥 煮魚 豆腐煮 すまし汁 フルーツ
21日	水曜	麦ご飯 コロッケ もやしのごま和え 大根のすまし汁 いりこ	スキムミルク バナナ	牛乳	ひじき煮	お粥 蒸し魚 野菜煮 すまし汁 フルーツ
22日	木曜	お誕生会 チキンライス 豚肉のカレー焼き 野菜添え 小松菜スープ フルーツ ゼリー	スキムヨーグルト	牛乳	さつま芋の甘辛煮	野菜粥 豚団子 大根煮 スープ フルーツ
23日	金曜	麦ご飯 お魚バーグ 卵と小松菜の炒め物 椎茸のすまし汁 いりこ	牛乳 ジャムサンド	牛乳	ブロッコリーサラダ	お粥 魚の蒸し煮 芋煮 すまし汁 フルーツ
24日	土曜	肉うどん フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	魚の照り焼き	肉うどん フルーツ
26日	月曜	クリームパン 魚のマヨネーズ焼き マカロニソテー 野菜スープ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	豆腐煮	お粥 鶏肉煮 煮魚 スープ フルーツ
27日	火曜	麦ご飯 五目卵焼き 豚肉となすの味噌炒め 蒲鉾のすまし汁 いりこ	みかんゼリー	牛乳	じゃこサラダ	お粥 卵焼き 茄子煮 すまし汁 フルーツ
28日	水曜	麦ご飯 魚の照り焼き 春雨とひき肉のソテー すまし汁 いりこ	スキムミルク バナナ	牛乳	煮豆	お粥 煮魚 芋煮 すまし汁 フルーツ
29日	木曜	ひじきご飯 から揚げ風 ほうれん草の和え物 麩のすまし汁 フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	里芋煮	芋粥 蒸し鶏 豆腐煮 スープ フルーツ
30日	金曜	麦ご飯 魚のホイル焼き 卵の花炒り 南瓜の味噌汁 いりこ	牛乳 南瓜のケーキ	牛乳	レバーの甘辛煮	お粥 煮魚 さつま芋煮 味噌汁 フルーツ
31日	土曜	きのこクリームスパゲティ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	チーズ	スパゲティ フルーツ

🍁10月31日はハロウィンです🍁保育園では30日に南瓜のカップケーキを提供いたします。

- ☆材料☆ 南瓜 100 g ☆作り方☆ ①. 南瓜を角切りにしてレンジ600wで2分程度加熱して、やわらかくなったら潰して牛乳を加え混ぜる。
- 5個分 牛乳 20cc ②. 大きめのボウルに卵と上白糖を入れハンドミキサーで混ぜる。
- たまご 1.5個 ③. ②にふるったホットケーキmixを入れ混ぜる。その中に①を1/3
- 上白糖 40 g 入れ混ぜ残りも全部混ぜる。予熱した180℃のオーブンで25分焼く。
- ホットケーキミックス 50 g