

令和8年 10月 3歳未満児 献立表

認定こども園 元岡幼稚園

日曜	時間帯	献立	材料名				
			赤・血や肉になる	黄・卵や力となる	緑・腸子をととのえる	その他	
1 木	昼食	ごはん ★トマト ズン	牛ひき肉・木綿豆腐 豚ひき肉・鶏卵 バター	精白米・三温糖 じゃがいも	玉葱 人参 ブロッコリー	食塩・こしょう ナツメグ・白ワイン トマトチャップ・中濃ソース	
	夕食 午後おやつ	煮物 煮物 牛乳 せんべい	牛乳	牛乳 せんべい	バナナ バナナ	煮物 煮物 煮物 煮物	
	2 金	昼食	ごはん 野菜スープ	豚肉 わかめ 粉寒天	精白米・植物油 じゃがいも・三温糖 ごま オレンジジュース	人参・玉葱 グリンピース きゅうり	カレー粉・みりん かつお・昆布だし 食塩・漬口しょうゆ 鳥がらだし・食酢
5 月	昼食	ごはん ★わかめ ズン	鶏ひき肉・鶏卵 木綿豆腐 ハム わかめ	精白米・三温糖 パン粉・片栗粉 揚げ油 植物油	人参・玉葱 柿・大根 小松菜	漬口しょうゆ みりん・食塩 食酢 鳥がらだし	
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎さつまいもときなこのむしパン	牛乳 きな粉・脱脂粉乳	薄力粉・三温糖 植物油・さつまいも	バナナ バナナ	煮物 煮物	
	6 火	昼食	ごはん みそつね わかめのごますずあえ	鶏ひき肉 調整豆乳 わかめ	精白米・植物油 パン粉・三温糖 ごま・ごま油	玉葱・人参・生妻 えのきたけ きゅうり	漬口しょうゆ みりん・食塩 食酢 鳥がらだし・食塩
7 水	昼食	ごはん 野菜スープ	さば 鶏ひき肉 乳脂厚煎乳・粉寒天	精白米・三温糖 白身魚 絹ごし豆腐	生妻 玉葱 かぼちゃ・人参 グリンピース	赤みそ・漬口しょうゆ 料理酒 煮干だし・みりん 鳥がらだし・食塩	
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎バナナケーキ	牛乳・バター 鶏卵・脱脂粉乳	薄力粉 三温糖	りんご バナナ	煮物 煮物	
	8 木	昼食	コーン ライス 野菜スープ	鶏肉 まぐろ油漬缶	精白米 マーレードジャム マヨネーズ・ごま	生妻・ごぼう・人参 コーン 玉葱	みりん・漬口しょうゆ わかめふりかけ
9 金	昼食	★わかめ ズン	さつまいもごはん さかなのもじりやき ブロッコリーのごまあえ・みかん ★ハロウィンがぼちおでんズン ピスタチオ	精白米・さつまいも 揚げ油・マヨネーズ 植物油・三温糖	人参・玉葱 ピーマン・キャベツ ブロッコリー	食塩・料理酒 漬口しょうゆ	
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 バナナ くるぼろ	牛乳 きな粉	薄力粉 三温糖	バナナ バナナ	煮物 煮物	
	13 火	昼食	野菜スープ ★わかめ ズン	豚肉 わかめ 焼きたけのり きくらげ	スパゲティ種 植物油・三温糖 ごま・ごま油	人参・玉葱・もやし 小松菜・しめじ にんにく・生妻 シラス・きゅうり	漬口しょうゆ みりん・料理酒 食酢 鳥がらだし・食塩
14 水	昼食	シーチキン ごはん 野菜スープ	★カレーからあげ だいずのサラダ	鶏肉 ゆで大豆	精白米・片栗粉 揚げ油 植物油	人参・玉葱 生妻・キャベツ きゅうり	食塩・漬口しょうゆ カレー粉・みりん 食酢 鳥がらだし
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎ツナサンド	牛乳 まぐろ油漬缶	クラッカー 食パン マヨネーズ	クラッカー キャベツ	煮物 煮物	
	おべんとうのひ						
16 金	昼食	ごはん 野菜スープ	さば ハム 調整豆乳	精白米・三温糖 ごま油・マヨネーズ マカロニ・ごま	人参・玉葱・生妻 青ねぎ・にんにく きゅうり	みりん・料理酒 漬口しょうゆ 鳥がらだし・食塩	
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 まるボーロ	牛乳 丸ボーロ	丸ボーロ りんご	りんご かぼちゃ	煮物 煮物	
	19 月	昼食	ごはん ★わかめ ズン	鶏ひき肉・鶏卵 木綿豆腐 ハム わかめ	精白米・三温糖 パン粉・片栗粉 揚げ油 植物油	人参・玉葱 柿・大根 小松菜	漬口しょうゆ みりん・食塩 食酢 鳥がらだし
20 火	昼食	ごはん 野菜スープ	みそつね わかめのごますずあえ	鶏ひき肉 調整豆乳 わかめ	玉葱・人参・生妻 えのきたけ きゅうり	漬口しょうゆ みりん・食塩 食酢 鳥がらだし・食塩	
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎マカロニのきなこあえ	牛乳 きな粉	マカロニ 黒砂糖	オレンジ	煮物 煮物	
	21 水	昼食	ごはん 野菜スープ	さば 鶏ひき肉 乳脂厚煎乳・粉寒天	精白米・三温糖 ごま油・マヨネーズ マカロニ・ごま	生妻 玉葱 かぼちゃ・人参 グリンピース	赤みそ・漬口しょうゆ 料理酒 煮干だし・みりん 鳥がらだし・食塩
22 木	昼食	コーン ライス 野菜スープ	鶏肉 ゆで大豆	精白米 マーレードジャム マヨネーズ・ごま	生妻・ごぼう・人参 コーン 玉葱	みりん・漬口しょうゆ わかめふりかけ	
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎くらごまとチーズいりクッキー	牛乳・バター 鶏卵・粉チーズ	薄力粉・三温糖 ごま・植物油	バナナ バナナ	煮物 煮物	
	23 金	昼食	ごはん ★トマト ズン	牛ひき肉・木綿豆腐 豚ひき肉・鶏卵 バター	精白米・三温糖 じゃがいも	玉葱 人参 ブロッコリー	食塩・こしょう ナツメグ・白ワイン トマトチャップ・中濃ソース
26 月	昼食	ごはん 野菜スープ	鶏ひき肉・鶏卵 脱脂粉乳・ちくわ 木綿豆腐	精白米・片栗粉 揚げ油・ごま 三温糖・植物油 ごま油	人参・ニラ キャベツ・もやし ピーマン 玉葱	食塩・こしょう 漬口しょうゆ 鳥がらだし	
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎スイートコーンのパンケーキ	牛乳・鶏卵	ホットケーキミックス 植物油	オレンジ コーン	煮物 煮物	
	27 火	昼食	ごはん 野菜スープ	豚肉 わかめ 焼きたけのり きくらげ	スパゲティ種 植物油・三温糖 ごま・ごま油	人参・玉葱・もやし 小松菜・しめじ にんにく・生妻 シラス・きゅうり	漬口しょうゆ みりん・料理酒 食酢 鳥がらだし・食塩
28 水	昼食	シーチキン ごはん 野菜スープ	★カレーからあげ だいずのサラダ	鶏肉 ゆで大豆	精白米・片栗粉 揚げ油 植物油	人参・玉葱 生妻・キャベツ きゅうり	食塩・漬口しょうゆ カレー粉・みりん 食酢 鳥がらだし
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎ツナサンド	牛乳 まぐろ油漬缶	クラッカー 食パン マヨネーズ	クラッカー キャベツ	煮物 煮物	
	29 木	昼食	ごはん 野菜スープ	さかなのごうみやき・スイートポテ マカロニとハムのサラダ	さば ハム 調整豆乳	精白米・三温糖 ごま油・マヨネーズ マカロニ・ごま	みりん・料理酒 漬口しょうゆ 鳥がらだし・食塩
30 金	昼食	ごはん 野菜スープ	カレーにじゃが・オレンジゼリー きゅうりとわかめのすのものの	豚肉 わかめ 粉寒天	精白米・植物油 じゃがいも・三温糖 ごま オレンジジュース	人参・玉葱 グリンピース きゅうり	カレー粉・みりん かつお・昆布だし 食塩・漬口しょうゆ 鳥がらだし・食酢
	夕食 午後おやつ	煮物 牛乳 ◎しらすとコーンのチーズトースト	牛乳 しらす干し・チーズ	食パン マヨネーズ	バナナ コーン	煮物 煮物	

【マヨネーズ・8大カロリー不使用のマヨネーズ風ドレッシングです。】

※咀嚼機能が未発達な3歳未満児には、喉を潤し、食べ物を飲み込みやすくするために、野菜スープ(人参・玉葱・キャベツ等使用)をつけます。

※今月の献立の中で、食べたことがない食材については、ご家庭で2回以上食べ、アレルギー反応などの症状が誘発されないことを確認してください。

※材料入荷等の都合により、献立内容の一部変更することがあります。※★は新メニュー、◎は手作りおやつです。

※毎月の給食便りはホームページをご覧ください。また、土曜日の献立表は、該当されるご家庭に別紙にてお知らせします。