

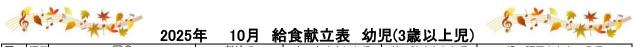
2025年 10月 給食献立表 乳児(3歳未満児)



		2025	年 10月 絽	1艮) 以 汉	児(3歳未満児)	
	曜日	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	水	ご飯 照り焼きハンバーグ キャベツの甘酢和え ほうれん草の味噌汁	ツナチャーハン 牛乳	豚ひき肉・豆腐 みそ・牛乳・ツナ 煮干し	米・パン粉・油砂糖・麩・ごま油	玉ねぎ・キャベツ・人参 ほうれん草・長ねぎ・小松菜
2 • 16	木	ご飯 豚肉のアップルソースがけ 根菜のきんぴら 生揚げの味噌汁 バナナ	焼き芋 牛乳	豚もも肉・生揚げ みそ・牛乳・煮干し かつお節	米・油・砂糖・ごまさつま芋	思ねぎ・りんご・生姜・れんこん ごぼう・人参・大根・ほうれん草 バナナ・バセリ
3 • 17	金	プラスご飯 さばの竜田揚げ 大根のおかか和え 白菜の味噌汁	シリアルいちご ヨーグルト 麦茶	さば・油揚げ・みそ かつお節・煮干し ヨーグルト・牛乳	米・強化米・片栗粉油・じゃが芋コーンフレーク	生姜・大根・ほうれん草・白菜 人参・いちごジャム
4 • 18	±	けんちんうどん 温野菜サラダ	チュモッパ 牛乳	鶏もも肉・油揚げ 牛乳・ツナ・かつお節	うどん・油・ごま油 さつま芋・米 マヨネーズ	ごぼう・大根・小松菜・長ねぎ 人参・ブロッコリー・切干大根 青のり
6	月	ご飯 鶏の西京焼き だし香る彩り和え チンゲン菜のすまし汁 お月見まんじゅう	きな粉お麩ラスク牛乳	鶏もも肉・みそ かつお節・牛乳 きな粉	米・砂糖・小麦粉 麸・バター・さつま芋	キャベツ・人参・もやし チンゲン菜・玉ねぎ・わかめ
7 • 21	火	ご飯 チリコンカーン かぼちゃサラダ 麸の味噌汁	コロコロごぼうと 青のりのおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	大豆・豚ひき肉 みそ・牛乳・レバー 煮干し	米・油・砂糖 マヨネーズ・麩・ごま	玉ねぎ・人参・にんにく トマト缶・ケチャップ・かぼちゃ きゅうり・長ねぎ・白菜・ごぼう 青のり・パセリ・生姜
8 • 22	水	ブラスご飯 鮭のごまみりん焼き こふき芋 もやしの味噌汁	ポパイケーキ 牛乳	鮭・豆腐・みそ 牛乳・卵・煮干し	米・強化米・ごま油 ごま・じゃが芋 小麦粉・バター・砂糖	青のり・もやし・長ねぎ ほうれん草
9 • 23	木	チキンカレーライス ひじきのミルキーサラダ かぶのスープ オレンジ	ジャムサンド クラッカー 飲む豆乳ヨーグルト	鶏もも肉・みそ ツナ・スキムミルク ヨーグルト・豆乳 牛乳	米・押麦・じゃが芋油・小麦粉・砂糖マヨネーズクラッカー	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ りんご・トマトピューレ ケチャップ・ひじき・ほうれん草 コーン・かぶ・かぶの葉・オレンジ いちごジャム・パセリ
10 • 24	金	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ れんこんのソテー 大根の味噌汁	ミルクココアプリン 牛乳	豚ひき肉・油揚げ みそ・牛乳・煮干し	米・片栗粉・油砂糖・ごま・麩	玉ねぎ・ケチャップ・れんこん 人参・ほうれん草・大根・アガー
14 • 28	火	親子丼 ブロッコリーのごま酢和え しめじと長ねぎの味噌汁	おさつスティック 牛乳	卵・鶏もも肉・みそ 牛乳・かつお節 煮干し	米・砂糖・油・ごまさつま芋	玉ねぎ・刻みのり・ブロッコリー キャベツ・人参・大根・しめじ 長ねぎ
15	水	食パン マカロニグラタン マセドアンサラダ きのこスープ	焼きおにぎり 牛乳		食パン・マカロニ 油・バター・小麦粉 パン粉・さつま芋 砂糖・米・ごま油	玉ねぎ・マッシュルーム缶・パセリ ほうれん草・人参・きゅうり まいたけ・しめじ・えのき・長ねぎ
20	月	納豆ご飯 鶏の西京焼き だし香る彩り和え 玉ねぎのすまし汁 バナナ	さつま芋蒸しパン 牛乳	納豆・鶏もも肉 みそ・かつお節・牛乳	米・砂糖・小麦粉 バター・さつま芋	キャベツ・きゅうり・人参 もやし・チンゲン菜・玉ねぎ わかめ・バナナ
25	±	チキンピラフ フレンチマカロニサラダ 野菜スープ	黒糖ちんすこう 牛乳	鶏もも肉・牛乳	米・油・マカロニ 砂糖・じゃが芋 小麦粉・黒砂糖	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ キャベツ・コーン・きゅうり
27	月	ご飯 照り焼きハンバーグ いも煮 (山形県) ほうれん草と長ねぎのすまし汁	ツナチャーハン 牛乳	豚ひき肉・豆腐・みそ 鶏もも肉・生揚げ 牛乳・ツナ・かつお節	米・パン粉・油 砂糖・さといも しらたき・麸・ごま油	玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ ほうれん草・小松菜
29	水	ミートスパゲティ 春雨サラダ 根菜スープ パナナ	焼きおにぎり 牛乳	豚ひき肉・チーズ 牛乳・煮干し・みそ	スパゲティ・油 砂糖・春雨・ごま油 米・小麦粉	玉ねぎ・人参・トマト缶 ケチャップ・キャベツ・もやし きゅうり・大根・ごぼう・バナナ 長ねぎ・にんにく・パセリ
30	木	プラスご飯 カレイのカレー風味焼き 小松菜のソテー もやしと長ねぎの味噌汁	きな粉揚げパン牛乳	かれい・みそ・牛乳 きな粉・煮干し	米・強化米・小麦粉油・バター・砂糖ロールパン	小松菜・人参・コーン・長ねぎ チンゲン菜・もやし
31	金	手作りハヤシライス パリパリサラダ まいたけのスープ かぼちゃクッキー	りんごゼリー 牛乳	豚もも肉・みそ 豆腐・スキムミルク 牛乳	米・押麦・油・砂糖 パター・小麦粉 しゅうまいの皮 ごま油・ごま	玉ねぎ・人参・マッシュルーム缶 にんにく・トマト・トマト缶 ケチャップ・キャベツ・人参 もやし・ほうれん草・長ねぎ まいたけ・かぼちゃ・バセリ りんごジュース・アガー

									, , ,
エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
495Kcal	189g	163g	241mg	21mg	349112	040mg	042mg	21mg	1 3g





日曜 1 水 2 · 16 3 · 17 4 · 18 6 -	k t t t	「昼食」 「ご飯 照り焼きハンパーグ キャヤペツの甘酢和え ほうれん草の味噌汁 ご飯 豚肉のアップルソースがけ 根菜のきんびら 生揚げの味噌汁 アラスで 範囲場げ 大根 で おおり で で 歌の味噌汁 けんちんうどん 温野菜サラダ で 歌の西る ア・ブルグ・ラグ で 歌ので かまった かまった かまった アナリ ファッサン がまった アナリカ で で かまった アナリカ で で アナリカ で で アナリカ で で アナリカ アナリカ で アナリカ アナリカ で アナリカ で アナリカ で アナリカ で アナリカ で アナリカ アナリカ アナリカ アナリカ アナリカ アナリカ アナリカ アナリカ	おやつ ツナチャーハン 牛乳 焼き芋 牛乳 シリアルいちご ラーグルト 麦茶 チュモッパ 牛乳 きな粉お麸ラスク 牛乳	赤:血や肉になる 豚ひき肉・白 豚ひき肉・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	黄:熱や力となる 米・バン粉・油 砂糖・乾・ごま ・おき ※・砂糖・ごま ※・強化米・片栗粉油・カーンプレー・データー・ごまース がま・パター・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	緑:調子をととのえる 玉ねぎ・キャベツ・人参 ほうれん草・長ねぎ・小松菜 玉ねぎ・りんご・生姜・れんこん ごぼう・人参・大根・ほうれん草 バナナ・パセリ 生姜・大根・ほうれん草・白菜 人参・いちごジャム ごぼう・大根・小松菜・長ねぎ 人参・プロッコリー・切干大根 青のり キャベツ・人参・もやし チンゲン菜・玉ねぎ・わかめ
16 3 17 4 18 18	t E	豚肉のアップルソースがけ 根菜のきんびら 生揚げの味噌汁 パナナ ブラスご飯 さばの電田揚げ 大根のおかか和え 白菜の味噌汁 けんちんうどん 温野菜サラダ ご飯 鶏の西京焼き だし香ン菜のすまし汁 お月見まんじゅう	4乳 シリアルいちご 麦茶 チュモッパ 牛乳 きな粉お麸ラスク 牛乳	みそ・牛乳・煮干しかつお節 * 煮干しかつお節 * さば・油揚げ・みそかつお節・干しヨーグルト * 鶏もも肉・油揚げ * 牛乳・ツナ・かつお節 * 株乳・サストのでは、	さつま芋 **・強化米・片栗粉 油・じゃが芋 コーンフレーク うどん・油・ごま油 さつま芋・米 マヨネーズ **・砂糖・小麦粉	ごぼう・人参・大根・ほうれん草 パナナ・パセリ 生姜・大根・ほうれん草・白菜 人参・いちごジャム ごぼう・大根・小松菜・長ねぎ 人参・ブロッコリー・切干大根 青のり キャベツ・人参・もやし
· 17 4 · 18 6 月	t I	さばの竜田揚げ 大根のおかか和え 白菜の味噌汁 けんちんうどん 温野菜サラダ ご飯 鶏の西京焼き だし香る彩り和え チンゲン菜のすまし汁 お月まんじゅう	麦茶 チュモッパ 牛乳 きな粉お麩ラスク 牛乳	かつお節・煮干し ヨーグルト 鶏もも肉・油揚げ 牛乳・ツナ・かつお節 鶏もも肉・みそ かつお節・牛乳	油・じゃが芋 コーンフレーク うどん・油・ごま油 さつま芋・米 マヨネーズ 米・砂糖・小麦粉	人参・いちごジャム ごぼう・大根・小松菜・長ねぎ 人参・ブロッコリー・切干大根 青のり キャベツ・人参・もやし
・ 18 6 月	± ∃	温野菜サラダ ご飯 鶏の西京焼き だし香る彩り和え チンゲン菜のすまし汁 お月見まんじゅう	牛乳 きな粉お麩ラスク 牛乳	4年乳・ツナ・かつお節 鶏もも肉・みそ かつお節・牛乳	さつま芋・米 マヨネーズ 米・砂糖・小麦粉	人参・ブロッコリー・切干大根 青のり キャベツ・人参・もやし
	ם -	鶏の西京焼き だし香る彩り和え チンゲン菜のすまし汁 お月見まんじゅう ご飯	牛乳	かつお節・牛乳		
	Ų	チリコンカーン	コロコロごぼうと			ンンノンネ 上1GC 17N U
7 • 21		麩の味噌汁	青のりのおにぎり 鶏レバーの甘辛煮 牛乳	大豆・豚ひき肉 みそ・牛乳・レバー 煮干し	米・油・砂糖 マヨネーズ・麩・ごま	玉ねぎ・人参・にんにく トマト缶・ケチャップ・かぼちゃ きゅうり・長ねぎ・白菜・ごぼう 青のり・パセリ・生姜
8 • 22	k	プラスご飯 鮭のごまみりん焼き こふき芋 もやしの味噌汁	ポパイケーキ 牛乳	鮭・豆腐・みそ 牛乳・卵・煮干し	米・強化米・ごま油 ごま・じゃが芋 小麦粉・バター・砂糖	青のり・もやし・長ねぎ ほうれん草
9 • 23	ŧ	チキンカレーライス ひじきのミルキーサラダ かぶのスープ オレンジ		鶏もも肉・みそ ツナ・スキムミルク ヨーグルト・豆乳	米・押麦・じゃが芋 油・小麦粉・砂糖 マヨネーズ クラッカー	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ りんご・トマトピューレ ケチャッブ・ひじき・ほうれん草 コーン・かぶ・かぶの葉・オレンジ いちごジャム・パセリ
10 • 24		ご飯 肉団子の甘酢あんかけ れんこんのソテー 大根の味噌汁	ミルクココアプリン 牛乳	豚ひき肉・油揚げ みそ・牛乳・煮干し	米・片栗粉・油砂糖・ごま・麩	玉ねぎ・ケチャップ・れんこん 人参・ほうれん草・大根・アガー
14 • 28		親子丼 ブロッコリーのごま酢和え しめじと長ねぎの味噌汁	おさつスティック 牛乳	卵・鶏もも肉・みそ 牛乳・かつお節 煮干し	米・砂糖・油・ごまさつま芋	玉ねぎ・刻みのり・ブロッコリー キャベツ・人参・大根・しめじ 長ねぎ
15 水		食パン マカロニグラタン マセドアンサラダ きのこスープ	焼きおにぎり 牛乳	鶏もも肉・牛乳 チーズ・煮干し・みそ	食パン・マカロニ 油・バター・小麦粉 パン粉・さつま芋 砂糖・米・ごま油	玉ねぎ・マッシュルーム缶・パセリ ほうれん草・人参・きゅうり まいたけ・しめじ・えのき・長ねぎ
20 月		納豆ご飯 鶏の西京焼き だし香る彩り和え 玉ねぎのすまし汁 バナナ	さつま芋蒸しパン 牛乳	納豆・鶏もも肉 みそ・かつお節・牛乳	米・砂糖・小麦粉 バター・さつま芋	キャベツ・きゅうり・人参 もやし・チンゲン菜・玉ねぎ わかめ・パナナ
25 ±	Ė	チキンピラフ フレンチマカロニサラダ 野菜スープ	黒糖ちんすこう 牛乳	鶏もも肉・牛乳	米・油・マカロニ 砂糖・じゃが芋 小麦粉・黒砂糖	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ キャベツ・コーン・きゅうり
27 月		ご飯 照り焼きハンバーグ いも煮(山形県) ほうれん草と長ねぎのすまし汁	ツナチャーハン 牛乳	豚ひき肉・豆腐・みそ 鶏もも肉・生揚げ 牛乳・ツナ・かつお節	米・パン粉・油 砂糖・さといも しらたき・麩・ごま油	玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ ほうれん草・小松菜
29 水	k	ミートスパゲティ 春雨サラダ 根菜スープ バナナ	焼きおにぎり 牛乳	豚ひき肉・チーズ 牛乳・煮干し・みそ	スパゲティ・油 砂糖・春雨・ごま油 米・小麦粉	玉ねぎ・人参・トマト缶 ケチャップ・キャベツ・もやし きゅうり・大根・ごぼう・パナナ 長ねぎ・にんにく・パセリ
30 木		ブラスご飯 カレイのカレー風味焼き 小松菜のソテー もやしと長ねぎの味噌汁	きな粉揚げパン牛乳	かれい・みそ・牛乳 きな粉・煮干し	米・強化米・小麦粉油・バター・砂糖ロールパン	小松菜・人参・コーン・長ねぎ チンゲン菜・もやし
31 金	~	手作りハヤシライス パリパリサラダ まいたけのスープ かぼちゃクッキー	りんごゼリー 牛乳	豚もも肉・みそ 豆腐・スキムミルク 牛乳 の平均給与栄養量	米・押麦・油・砂糖 バター・小麦粉 しゅうまいの皮 ごま油・ごま	玉ねぎ・人参・マッシュルーム缶 にんにく・トマト・トマト缶 ケチャップ・キャベツ・人参 もやし・ほうれん草・長ねぎ まいたけ・かぼちゃ・パセリ りんごジュース・アガー

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
541Kcal	20.6g	16.8g	199mg	2.5mg	407μg	0.46mg	0.39mg	25mg	1.6g