

令和7年

10月

## つばさこども園 予定献立表

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ 献立	 <p>2025年の十五夜は 10月6日(月)です</p>		1 せんべい ごはん チキンのゴマ風味焼き 菜の花ソテー 春雨のスープ りんご	2 バナナ もちきびご飯 豚のしょうが炒め ほうれん草の白和え さつま芋のみぞ汁 パイン缶	3 ヨーグルト もずく丼 きゅうりのおかか和え ゆし豆腐 オレンジ	4 チキン入り焼き丼 果物 レタススープ
おやつ			麦茶, カメおにぎり	調整豆乳, フルーツヨーグルト,	牛乳, 黒糖アガベー (黒糖蒸しパン)	野菜ジュース, せんべい
朝おやつ 献立	6 煮干し (0.1歳せんべい)	7 バナナ	8 せんべい ごはん チキンピザ風焼き ほうれん草のソテー 冬瓜のみぞ汁 オレンジ	9 バナナ 鶏そぼろ丼 プレーンオムレツ アーサ汁 みかん缶	10 ヨーグルト 【目の愛護デー】 わかめごはん さば塩焼き (1~2歳は白身魚) プロッコリーソテー ちむしんじ/バナナ	11 なす味噌丼 果物 わかめのすまし汁
おやつ	牛乳, さつま芋のみたらしあんかけ	牛乳, ミルクパン	麦茶, 鮭のおにぎり	牛乳, ココアワッフル	牛乳, ブルーベリー <sup>+</sup> ジャムサンド	牛乳, ビスケット
朝おやつ 献立	13	14 せんべい 【お弁当会】 スポーツの日 (休園)	15 せんべい ごはん マーボー豆腐 千切り大根の和え物 わかめスープ みかん缶	16 バナナ 肉野菜そば ごまかぼちゃ パイン缶 【一日早い沖縄そばの日】 (沖縄そばの日は17日です)	17 ヨーグルト もちきびご飯 鮭のみぞ焼き からし菜炒め じゅがいののみぞ汁 りんご	18 豚丼 大根のみぞ汁 果物
おやつ			調整豆乳, 黒糖くずもち, (0.1.2歳はミルク蒸しパン)	牛乳, シュガーラスク	麦茶, ジューシーおにぎり	牛乳, ちんすこう 野菜ジュース、せんべい
朝おやつ 献立	20 煮干し (0.1歳せんべい)	21 バナナ	22 せんべい もちきびご飯 さばの生姜焼き (1~2歳児は白身魚) 人参シリシリ(卵) 大根のみぞ汁 オレンジ	23 バナナ カレーライス♪カレーパーティ♪ コールスローサラダ オニオンスープ フルーチェ 【絵本給食 (カレー)】	24 ヨーグルト もちきびご飯 豚肉の甘酢ソテー <sup>+</sup> れんこんサラダ ゆし豆腐の味噌汁 みかん缶	25 中華丼 わかめのすまし汁 果物
おやつ	牛乳, マヌカローリー (3.4.5歳) ビスケット (0.1.2歳), バナナ1/4	牛乳, おさつごま焼き	牛乳, 焼きそばパン【絵本給食パンドロぼう】	牛乳, 黒糖ラスク	【お誕生会】牛乳, 誕生日 ケーキ	牛乳, せんべい
朝おやつ 献立	27 煮干し (0.1歳せんべい)	28 バナナ	29 せんべい ふりかけご飯 チキンのパン粉焼き クーブリチー <sup>+</sup> ミネストローネスープ みかん缶	30 バナナ もちきびご飯 肉じゃが煮 みぞ汁 (うす揚げ) 納豆 バナナ	31 ヨーグルト ごはん マグロカツ キャベツ炒め 冬瓜のみぞ汁 オレンジ 【ハロウィンメニュー】 チキンライス かぼちゃハンバーグ プロッコリーサラダ コンソメスープ/ブドウゼリー	
おやつ	麦茶, 味噌おにぎり	牛乳, 大学芋 (0.1蒸大学芋)	牛乳, ツナマヨサンド	牛乳、シスコーン	牛乳, おばけパン (スイートプール)	

※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。

日本ユニテック栄養士 島袋綾子