



給食予定献立表



2025年10月

エンゼル幼稚園

日	曜日	献立名	ざ い り ょ う				その他
			赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ かや体温となるもの		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
1	水	ごはん 鶏肉味噌炒め ひじきマヨサラダ ぶどうゼリー	鶏肉,味噌 ひじき	玉ねぎ,キャベツ,人参,しめじ,にら,生姜,にんにく 胡瓜,人参,コーン	米 砂糖,片栗粉,油 マヨドレ,砂糖 ぶどうゼリー	ガラスープ,酒,醤油 醤油	
2	木	麻婆丼 春雨中華サラダ オレンジゼリー	豆腐,豚肉	玉ねぎ,人参,生姜,にんにく,ねぎ 人参,胡瓜	米,砂糖,片栗粉,ゴマ油 春雨,砂糖,ゴマ油 オレンジゼリー	ガラスープ,醤油,酒 酢,醤油	
3	金	ツナコーントースト りんごジュース	ツナ	コーン,パセリ りんごジュース	食パン,マヨドレ		
7	火	豚丼 和風スパゲティサラダ いちごゼリー	豚肉 ツナ	玉ねぎ,えのき,人参,ねぎ ほうれん草,人参,コーン	米,砂糖 スパゲティ いちごゼリー	酒,醤油 醤油,みりん	
8	水	ごはん チキンチャップ 白菜ごま和え みそ汁 りんごゼリー	鶏肉 味噌,豆腐,わかめ	白菜,人参 えのき,玉ねぎ	米 片栗粉,油,砂糖 砂糖,すりごま りんごゼリー	塩,ケチャップ,ソース 醤油	
9	木	年長☆遠足☆ さつまいもカレー ブロッコリーサラダ ぶどうジュース	豚肉	玉ねぎ,人参,にんにく ブロッコリー,人参,コーン ぶどうジュース	米,さつまいも マヨドレ	カレールー 塩	
10	金	中華丼 ポテトサラダ マスカットゼリー	豚肉,ちくわ(卵なし) 枝豆	玉ねぎ,白菜,人参,ピーマン,しいたけ 人参,コーン	米,ゴマ油,片栗粉 じゃがいも,マヨドレ マスカットゼリー	ガラスープ,醤油,酒 塩	
14	火	ごはん 肉じゃが マカロニサラダ ぶどうゼリー	豚肉,グリーンピース ツナ	玉ねぎ,人参 ブロッコリー,人参	米 じゃがいも,こんにゃく,油,砂糖 マカロニ,マヨドレ ぶどうゼリー	醤油,みりん 塩	
15	水	ナポリタン 胡瓜サラダ アシドミルク	ウィンナー アシドミルク	玉ねぎ,ピーマン,人参,しめじ,パセリ 胡瓜,人参,コーン	スパゲティ,油 マヨドレ	塩,ケチャップ,砂糖,コンソメ 塩	
16	木	担々麺 もやしとちくわのおかか和え りんごゼリー	豚肉,味噌,豆乳 ちくわ(卵なし),かつおぶし	生姜,にんにく,ほうれん草 もやし,胡瓜,人参	ラーメン,ごま(いり・すり・ねり),油,砂糖 砂糖 りんごゼリー	醤油,酒,ガラスープ 醤油	
17	金	ごはん ヤンニョム風大豆ミート ほうれん草ナムル すまし汁 いちごゼリー	大豆ミート わかめ	にんにく ほうれん草,白菜,人参 えのき,玉ねぎ,人参	米 片栗粉,油,砂糖,いりごま ゴマ油,砂糖,すりごま いちごゼリー	塩,酒,ケチャップ,醤油,みりん 醤油,酢 醤油,塩	
20	月	ひまわり組☆給食参観☆ ピビンバ わかめスープ プリン(卵なし)	豚肉,味噌,卵,のり わかめ,豆腐 プリン	生姜,にんにく,もやし,人参,ほうれん草 玉ねぎ,えのき,ねぎ	米,砂糖,油,ゴマ油,すりごま	醤油,みりん,酒 ガラスープ,醤油,塩	
21	火	ごはん ピーチシャークのおろしソース ブロッコリーサラダ 野菜スープ オレンジゼリー	よしきりざめ ツナ 豆腐	大根 ブロッコリー,キャベツ,人参,コーン 玉ねぎ,白菜,人参	米 小麦粉,片栗粉,油,砂糖 マヨドレ オレンジゼリー	塩,酒,醤油,みりん 塩 塩,コンソメ	
22	水	鹿肉入りキーマカレー コールスローサラダ ヨーグルト	鹿肉,豚肉,豆乳 ヨーグルト	玉ねぎ,にんにく,生姜,コリアンダー,トマトピューレ キャベツ,胡瓜,人参,コーン	片栗粉,油 砂糖,マヨドレ	ハバリカ粉,ターメリック,クミン,シナモン 塩,酢	
23	木	ばら組☆給食参観☆ ごはん 煮込みハンバーグ 胡瓜昆布和え コンソメスープ マスカットゼリー	合挽肉,豆腐 塩昆布	玉ねぎ 胡瓜,もやし,人参 玉ねぎ,人参,大根	米 片栗粉,パン粉,砂糖 砂糖,ごま油 マスカットゼリー	塩,ソース,ケチャップ 醤油 コンソメ,塩	
24	金	もち麦ご飯(わかめ) かなたくんのどやさ! 魚フライ 白菜の塩麹和え みそ汁 ぶどうゼリー	わかめ ホキ 油揚げ 味噌,豆腐	白菜,人参,胡瓜 玉ねぎ,大根,人参	米,もち麦 小麦粉,パン粉,油 ぶどうゼリー	酒,塩,ウニパウダー,ソース 塩麹,醤油	
27	月	ごはん 鶏肉の唐揚げ さつまいもサラダ みそ汁 いちごクレープ	鶏肉 味噌,豆腐,わかめ	にんにく,生姜 胡瓜,人参 えのき,玉ねぎ	米 油,片栗粉 さつまいも,マヨドレ いちごクレープ	醤油,酒 塩	
28	火	タコライス 中華スープ 米粉マフィン(ハロウィン)	合挽肉,チーズ わかめ,豆腐	トマト,レタス,生姜 玉ねぎ,白菜,人参	米,砂糖,油,ゴマ油 米粉マフィン	ケチャップ,ソース,醤油,カレールウ ガラスープ,醤油,塩	
29	水	青菜ごはん ポトフ マカロニサラダ いちごゼリー	鶏肉	大根,キャベツ,人参,玉ねぎ,ブロッコリー 胡瓜,人参,コーン	米 じゃがいも マカロニ,マヨドレ いちごゼリー	菜飯の素 コンソメ,塩 塩	
30	木	照りマヨトースト りんごジュース	鶏肉	コーン,パセリ りんごジュース	食パン,マヨドレ	照焼きタレ	
31	金	ごはん 南瓜シチュー ほうれん草サラダ マスカットゼリー	鶏肉 ちくわ(卵なし)	南瓜,玉ねぎ,人参,ブロッコリー ほうれん草,人参	米 砂糖,マヨドレ マスカットゼリー	クリームルウ 醤油	

献立種類	園児		
栄養素	1歳児 -	蛋白質	脂質
平均栄養価	445 kcal	15.8 g	9.8 g
目標栄養価	380 kcal	13.0 g	9g ~13 g