

令和 7 年度  10 月 予 定 献 立 表 				高野保育園			
日 曜		献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
				主食	追加	10時	
1	水	おから入り卵焼き 添え野菜 煮豆 たくあん和え	卵 おから ツナ 玉葱 人参 赤・青ピーマン 塩 コンソメ もやし うずら豆 砂糖 刻たくあん キャベツ 青菜 白菜 胡瓜 蒲鉾 かつお節 醤油	めん	野菜	ヨーグルト	チーズクッキー
2	木	鯖の西京焼き 添え野菜 フルーツ 豆乳スープ マカロニサラダ	鯖 みそ みりん 醤油 ブロッコリー パイン缶 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ パセリ コンソメ 豆乳 マカロニ ハム 卵 胡瓜 人参 キャベツ マヨネーズ	飯	ワカメ	100%ジュース 干し芋	お好み焼き
3	金	鶏肉のピザ風焼き 牛乳 さつま芋の甘煮 中華風和え	鶏もも肉 ピザソース 玉葱 ピーマン ミックスチーズ 牛乳 さつま芋 りんご レーズン レモン汁 砂糖 豚肉 なす 青菜 もやし 人参 ごま ごま油 酢	パン	プルーン	フルーツ	きつねうどん
4	土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 里芋 大根 人参 牛蒡 葱 煮干し みりん 醤油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスバラビスケット	せんべい
6	月	豆腐の田楽風 枝豆 肉じゃが カレー風味サラダ	豆腐 みそ ごま 葱 枝豆 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく インゲン みりん 醤油 ツナ キャベツ ブロッコリー 人参 レンコン マヨレ カレー粉	めん	野菜	牛乳 Caせんべい	フルーツサンド 3以下)ジャムサンド
7	火	魚のごま照り焼き 添え野菜 ナポリタン しらす和え 牛乳	白身魚 生姜 みりん 醤油 ごま ブロッコリー スパゲティ ベーコン 玉葱 しめじ トマト缶 ピーマン コンソメ ケチャップ しらす 白菜 青菜 もやし 胡瓜 ごま 醤油 牛乳	飯	ゆかり	ヨーグルト	ふかし芋
8	水	ミートローフ 添え野菜 切干し大根煮 ブロッコリーサラダ	合挽肉 卵 大豆 チーズ 玉葱 人参 コーン グリンピース パン粉 もやし 切干し大根 平天 油揚げ 椎茸 人参 インゲン 醤油 ハム ブロッコリー パイン缶 胡瓜 人参 コーン マヨレ	パン	牛乳	フルーツ	きのこおにぎり
9	木	魚の香草パン粉焼き 添え野菜 五目きんぴら のり和え	鯖 マヨレ ニンニク パセリ 黄ピーマン 粉チーズ パン粉 キャベツ 鶏肉 牛蒡 糸こんにゃく レンコン 赤・青ピーマン ごま 醤油 もみのり 白菜 青菜 人参 胡瓜 蒲鉾 醤油	飯	きな粉	100%ジュース 昆布	りんご
◎ 10	金	アニメパン 鶏の唐揚げ 添え野菜 クリームシチュー グリーンサラダ フルーツ	アニメパン 鶏もも肉 卵 ニンニク 生姜 小麦粉 片栗粉 油 もやし ベーコン じゃが芋 しめじ 玉葱 人参 牛乳 ルウ ブロッコリー パイナップル キャベツ 胡瓜 オリーブ油 オレンジ(2以下みかん)	パン		牛乳 ウエハース	プリンアラモード
11	土	親子丼 フルーツ 牛乳	米 卵 鶏肉 玉葱 人参 椎茸 みつば 煮干し みりん 醤油 バナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 アスバラビスケット	せんべい
14	火	鮭フライタルソース 添え野菜 煮びたし 海藻サラダ	鮭 小麦粉 卵 パン粉 油 卵 玉葱 ビクルス マヨネーズ キャベツ 厚揚げ 鶏肉 白菜 玉葱 人参 しめじ チンゲンサイ 醤油 海藻 ワカメ 大根 胡瓜 赤ピーマン 青じそトレ	パン	牛乳	100%ジュース チーズ	ヨーグルトポンチ
15	水	豚肉の生姜焼き 添え野菜 チーズ みそ汁 さつま芋と柿のサラダ	豚肉 生姜 みりん 醤油 もやし チーズ 豆腐 油揚げ 玉葱 えのき ワカメ ねぎ みそ さつま芋 柿 胡瓜 レーズン ヨーグルト マヨレ レモン汁	飯	しらす	牛乳 Caせんべい	マーラーカオ
16	木	タンダーリーフィッシュ 添え野菜 ビーフン炒め 塩昆布和え 牛乳	鯖 カレー粉 ヨーグルト ケチャップ ソース ブロッコリー ビーフン 豚肉 玉葱 赤ピーマン 椎茸 ニラ コンソメ 醤油 青菜 白菜 胡瓜 人参 蒲鉾 塩昆布 醤油 牛乳	めん	野菜	フルーツ	栗コロッケ
17	金	すき焼き風煮 ☆ちくわチーズ キャベツの甘酢和え	牛肉 豚肉 焼豆腐 麩 白菜 玉葱 椎茸 人参 牛蒡 糸こんにゃく 葱 醤油 ちくわ 棒チーズ キャベツ 胡瓜 大根 人参 ごま 酢 砂糖 醤油	飯	ふりかけ	ヨーグルト	いなり寿司 2以下)いなりおにぎり
18	土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 平天 キャベツ 人参 もやし ピーマン コーン 鶏ガラ 煮干し コンソメ みりん 醤油 片栗粉 ごま油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスバラビスケット	せんべい
20	月	鶏肉の中華風照り焼き 添え野菜 ひじきの炒め煮 おかか和え	鶏もも肉 ニンニク 生姜 みりん 醤油 ごま ごま油 もやし ひじき ちくわ 大豆 糸こんにゃく 人参 牛蒡 インゲン 醤油 キャベツ 小松菜 白菜 ブロッコリー かつお節	飯	菜	ヨーグルト	フランクフルト
21	火	八宝菜 ベークドポテト ポパイサラダ	豚肉 エビ(3上) 白菜 玉葱 筍 椎茸 人参 ピーマン コンソメ じゃが芋 牛乳 粉チーズ オリーブ油 ほうれん草 ハム 卵 キャベツ 胡瓜 人参 マヨネーズ	めん	野菜	牛乳 ウエハース	フレンチトースト
22	水	茶わん蒸し プルーン 豚バラ大根 フレンチサラダ	卵 鶏肉 蒲鉾 椎茸 えのき みつば 煮干し 醤油 プルーン 豚バラ肉 大根 人参 葱 オイスターソース キャベツ ツナ ブロッコリー 胡瓜 赤ピーマン コーン フレンチドレッシング	飯	ふりかけ	100%ジュース ボーロ	ジャムサンド クラッカー
23	木	魚のチリソース風 添え野菜 のっぺい汁 冷拌三糸 フルーツ	白身魚 片栗粉 油 ニンニク 生姜 白葱 ケチャップ キャベツ 里芋 大根 厚揚げ 人参 糸こんにゃく 葱 片栗粉 春雨 ハム 卵 胡瓜 人参 トマト ごま油 甘夏缶	飯	ひじき	牛乳 Caせんべい	さつま芋 蒸しパン
24	金	きのこハンバーグ 添え野菜 野菜炒め 南瓜サラダ	合挽肉 卵 豆腐 玉葱 椎茸 えのき パン粉 もやし 鶏肉 キャベツ 玉葱 人参 にら コンソメ 南瓜 ハム チーズ インゲン 人参 パイン缶 マヨレ	パン	牛乳	フルーツ	カレーピラフ おにぎり
25	土	肉うどん フルーツ 牛乳	干めん 牛肉 玉葱 椎茸 人参 葱 煮干し かつお節 みりん 醤油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスバラビスケット	せんべい
27	月	マーボー豆腐 牛乳 ★煮干しカリント おひたし	絹豆腐 豚ひき肉 ニンニク 生姜 玉葱 人参 椎茸 筍 ニラ みそ ケチャップ ごま油 牛乳 煮干し 砂糖 ごま 白菜 ほうれん草 蒲鉾 もやし 人参 かつお節 醤油	パン	チーズ	ヨーグルト	チヂミ
28	火	魚の香味焼き 添え野菜 かき卵汁 ポテトサラダ レバー煮	鯖 ニンニク 生姜 葱 ごま油 みりん 醤油 もやし 卵 玉葱 えのき 人参 ワカメ 醤油 じゃが芋 ハム チーズ 胡瓜 人参 レーズン マヨレ レバー煮	飯	ゆかり	牛乳 ウエハース	ゼリー&ビスコ 3未)ゼリー
29	水	マカロニグラタン 昆布巻煮 コールスローサラダ	マカロニ 鶏肉 ベーコン 玉葱 じゃが芋 しめじ ブロッコリー バター 小麦粉 牛乳 ミックスチーズ 昆布巻 麺つゆ キャベツ ツナ 大根 人参 胡瓜 コーン フレンチドレッシング	パン	牛乳	100%ジュース プルーン	ドロップクッキー
30	木	鮭のオニオンヨーグルト焼き 添え野菜 たらこ人参 ナムル	鮭 玉葱 人参 パセリ ヨーグルト マヨレ 片栗粉 ブロッコリー たらこ 人参 さつま芋 バター 砂糖 ハム もやし 青菜 胡瓜 赤ピーマン ごま ごま油	飯	ワカメ	牛乳 Caせんべい	焼きそば
31	金	トンカツオーロラソース 添え野菜 大根の含め煮 酢の物	豚ヒレ肉 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ マヨレ キャベツ 厚揚げ 大根 人参 インゲン 片栗粉 ワカメ しらす 白菜 胡瓜 みかん缶 ごま 酢 醤油	めん	野菜	フルーツ	南瓜ケーキ

◎ 10日(金) 誕生会です。3歳以上児はお箸だけ用意してください。

※ 17日(火)ちくわチーズ、27日(月)煮干しカリントは3組以下は「しらす煮」になります。

