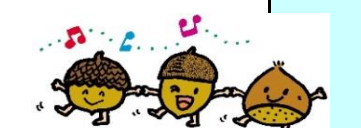
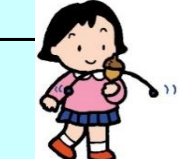
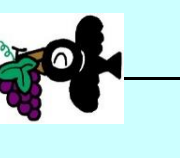


		2025年10月 10月1日	マイフレンズ保育園 給食予定献立表							
日付	曜日	昼食	アレルギー対応	主な材料と体内での働き				献立	おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの働きを整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他		アレルギー対応	材料
1	水	野菜たっぷりうどん 鶏の天ぷら バナナ		豚肉 鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・えのきたけ・干しいたけ・万能ねぎ バナナ	うどん 小麦粉・油	白だし	おかかおにぎり お茶		米(国産)・強化米 かつお節・醤油 麦茶
2	木	★豆腐の日 ごはん フーチャンプルー 南島の煮物 黄桃缶 豆腐入りもずくスープ	●卵無しフーチャンプルー	豚肉・かつお節・●卵 豆腐	玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ・グリーンピース 黄桃(缶詰) もずく・玉ねぎ	米(国産)・強化米 寒熱・油・調合ごま油 砂糖	醤油・塩・味噌・しょう 醤油・みりん風調味料・和風だし 醤油・料理酒・和風だし・塩	ドーナツ 牛乳		小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油 加工乳
3	金	ごはん 白身魚のトマト煮 野菜ソテー オレンジ コーンクリームスープ とりそぼろ丼 白菜の赤しそ和え 白桃缶 みそ汁		ホキ 豚肉 牛乳	人参・にんにく・トマトピューレ キャベツ・玉ねぎ・人参・さやいんげん オレンジ ドライバセリ	米(国産) 小麦粉・オリーブ油 油・バター コーンクリームスープの素	塩・トマトケチャップ 塩 コーンクリームスープの素	スクエアパンキン パンケーキ 牛乳	●卵無し パンキンパンケーキ	かぼちゃ・おけい・みりん・●卵 牛乳・油 加工乳
4	土	鶏ひき肉 白菜の赤しそ和え 白桃缶 みそ汁		鶏ひき肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・しょうが・グリーンピース 白菜・人参・コーン 白桃(缶詰) 大根・小松菜	米(国産)・砂糖・でん粉 ゆかり	醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし だし	ソフトサラダ お茶		ソフトサラダせんべい 麦茶
6	月	ごはん 魚のカレーソテー パンキンサラダ みかん缶 すまし汁	●パンキンサラダ(マヨドレ)	さば 豆腐	かぼちゃ・きゅうり・人参・コーン みかん(缶詰) 大根・万能ねぎ	米(国産) 油 ●マヨネーズ	塩・コンソメ・カレーパウダー 塩 だし・醤油・塩	フルーツゼリー ソフトせんべい		クールゼリーの素・黄桃(缶詰) パイ(缶詰) ソフトせんべい
7	火	もずく丼 白菜の中華和え ゼリー みそ汁		鶏ひき肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	もずく・ピーマン・コーン・人参・しょうが 白菜・人参 わかめ	米(国産)・調合ごま油・砂糖・でん粉 調合ごま油 いちごゼリーの素 じゃが芋	醤油・みりん風調味料 醤油・みりん風調味料・中華だし だし	揚げじゃがチーズ味 牛乳		じゃが芋・粉チーズ・ドライバセリ 塩・油 加工乳
8	水	ナポリタンスパゲティ 白桃缶 コンソメスープ	●ナポリタンスパゲティ(乾麺)	ワインナー	玉ねぎ・人参・グリーン・にんにく・トマト 白桃(缶詰) キャベツ・玉ねぎ・ドライバセリ	●スパゲティ・油・砂糖	コンソメ・トマトケチャップ コンソメ	そぼろおにぎり お茶		米(国産)・鶏ひき肉・グリーンピース・しょうが 砂糖・醤油・みりん風調味料・和風だし 麦茶
9	木	【お弁当日】						サターアングダー 牛乳	●卵無し サターアングダー	サターアングダー・砂糖・●卵 牛乳・油 加工乳
10	金	★マクロの日 ごはん 豆腐ハンバーグ マクロ入り人参しりしり バナナ 中華スープ	●卵無し豆腐ハンバーグ ●卵無しマクロ入り人参しりしり	豆腐・牛豚ひき肉・●卵 ツナフレーク・●卵 豆腐	玉ねぎ・人参 人参 バナナ キャベツ・わかめ	米(国産) パン粉・油 油 中華だし・醤油・塩	味噌・しょう・ウスターソース・トマトケチャップ 塩 中華だし・醤油・塩	きなこトースト 牛乳		食パン・マーガリン・きな粉 砂糖・塩 加工乳
11	土	豚丼 ササミとブロックリーの酢の物 黄桃缶 すまし汁		鶏肉 鶏ささみ 豆腐	玉ねぎ・人参 ブロックリー・人参 黄桃(缶詰) わかめ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖・白ごま	和風だし・みりん風調味料・醤油・料理酒 酢・醤油 だし・醤油・塩	ほたはた焼 お茶		ほたはた焼 麦茶
14	火	ごはん 鶏肉の生姜焼き ワインナーとキャベツのソテー パイ缶 みそ汁		鶏肉 ワインナー 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが キャベツ・人参・ブロックリー パイ(缶詰) 玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産) 砂糖・油 油 だし	醤油・みりん風調味料・料理酒 コンソメ だし	ショートブレッド 牛乳		小麦粉・バター 砂糖・塩 加工乳
15	水	ハヤシライス 野菜たっぷりスープ ゼリー		牛肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース 白菜・人参・グリーンアスパラガス	米(国産)・油 青りんごゼリーの素	ハヤシフレーク・トマトケチャップ・コンソメ・味噌・しょう コンソメ	シークワーサーケーキ コンソメ		おけい・みりん・砂糖・牛乳 シークワーサー果汁・油 加工乳
16	木	ごはん ガーリックフィッシュ 切干大根のごまサラダ 黄桃缶 コンソメスープ	●切干大根のごまサラダ(マヨドレ)	たら ツナフレーク	にんにく 切干大根・きゅうり・人参・コーン 黄桃(缶詰) 白菜・玉ねぎ・ほうれん草	米(国産) 小麦粉・油・砂糖 ●ごまドレッシング	醤油・料理酒 コンソメ	ジャムサンド 牛乳		食パン いちごジャム 加工乳
17	金	★沖縄そばの日 沖縄野菜そば 鶏肉の赤しそ焼き バナナ		豚肉 鶏肉	玉ねぎ・白菜・人参・万能ねぎ バナナ	沖縄そば 油	だし・沖縄そばだし ゆかり	わかめおにぎり お茶		米(国産)・強化米 わかめ・ごまの素 麦茶
18	土	五目炒飯 野菜ナムル みかん缶 すまし汁		鶏ひき肉	玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース キャベツ・ほうれん草・人参・にんにく みかん(缶詰) 大根・わかめ	米(国産)・油 白ごま・砂糖・調合ごま油	中華だし・塩・醤油 醤油・塩 だし・醤油・塩			
20	月	ごはん 魚のとじ焼 切干大根の煮物 パイ缶 みそ汁		たら・ミックスチーズ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参・さやいんげん パイ(缶詰) 玉ねぎ・白菜・チンゲン菜	米(国産) 小麦粉・油 砂糖 だし	塩・トマトケチャップ 醤油・みりん風調味料・和風だし だし	ごちますこう 牛乳		白ごま・小麦粉・砂糖 油・塩 加工乳
21	火	ごはん 鶏肉の唐揚げ ブロックリーサラダ みかん缶 コンソメスープ		鶏肉	にんにく ブロックリー・人参 みかん(缶詰) 人参・キャベツ・オクラ	米(国産) 小麦粉・でん粉・油 砂糖・玉ねぎドレッシング	醤油・料理酒 コンソメ	みかんヨーグルト 五穀ビスケット		みかん(缶詰) ヨーグルト 五穀ビスケット
22	水	ごはん 豚肉とシブイの煮物 納豆みそ バナナ 卵スープ	●卵無しスープ	豚肉・生揚げ ツナフレーク・納豆・白みそ ●卵	冬瓜・人参・小松菜 万能ねぎ バナナ 玉ねぎ・わかめ	米(国産) 油・砂糖 砂糖 	醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし みりん風調味料 だし・醤油・塩	磯辺フライドポテト 牛乳		ポテトフライ・油 塩・あおさのり 加工乳
23	木	五目うどん ちくわの磯辺炒め オレンジ カレーライス		さつまいも・生揚げ ちくわ オレンジ	白菜・人参・しめじ・小松菜・だし昆布 あおさのり オレンジ	うどん 油 オレンジ	だし・醤油・みりん風調味料・塩 塩 お茶	ツナ味噌おにぎり お茶		米(国産)・ガルー・白みそ 醤油・砂糖 麦茶
24	金	野菜たっぷりスープ ゼリー		豚肉	玉ねぎ・人参 玉ねぎ・コーン・グリーンアスパラガス	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 コンソメ	カレーフレーク・ハヤシフレーク・ コンソメ・トマトケチャップ・醤油 コンソメ	メロンパン風トースト 牛乳		食パン・バター 砂糖・おけい・みりん 加工乳
25	土	豚肉ときのこのとろろ丼 オクラのシークワーサー酢の物 黄桃缶 すまし汁		豚肉 ちくわ 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・えのきたけ・しめじ・干しいたけ・グリーン・ オクラ・人参・シークワーサー果汁 黄桃(缶詰) 白菜・わかめ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖 だし	だし・醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油 だし・醤油・塩	五穀ビスケット お茶		五穀ビスケット 麦茶
27	月	ごはん 魚の照焼き キャベツのごまサラダ みかん缶 みそ汁	●キャベツのごまサラダ(マヨドレ)	さば 鶏ささみ 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが キャベツ・きゅうり・人参 みかん(缶詰) 大根・ほうれん草	米(国産) 砂糖・油 ●ごまドレッシング	醤油・みりん風調味料 だし	ひらやーちー 牛乳		豚肉・玉ねぎ・人参・ニラ 小麦粉・和風だし・塩・油 加工乳
28	火	ごはん チリコンカン風 ひじきとコーンのサラダ ゼリー コンソメスープ	●ハム無しひじきとコーンのサラダ	鶏ひき肉・大豆 ●ハム	玉ねぎ・人参・にんにく・グリーン・ ひじき・コーン・きゅうり 白菜・玉ねぎ・ドライバセリ	米(国産) じゃが芋・油 パイゼリーの素	トナリ・ 煮しそドレッシング(ノンオイル) コンソメ	フルーツボンチ 豆乳ウエハース		いちごゼリーの素・パイ(缶詰) 黄桃(缶詰) 豆乳ウエハース
29	水	味噌ラーメン 白菜のナムル バナナ		豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・ほうれん草・にんにく・しょうが 白菜・きゅうり・人参・にんにく バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 白ごま・砂糖・調合ごま油 バナナ	醤油・中華だし・塩 醤油・塩	菜めしおにぎり お茶		米(国産) 菜めしの素 麦茶
30	木	豆腐のふわふわ丼 キャベツの中華和え 白桃缶 すまし汁	●卵無し豆腐のふわふわ丼	鶏肉・豆腐・●卵	玉ねぎ・さやいんげん キャベツ・人参・コーン 白桃(缶詰) 大根・わかめ	米(国産)・砂糖・でん粉 調合ごま油 だし	醤油・みりん風調味料・だし 醤油・みりん風調味料 だし・醤油・塩	じゃがちゃん 牛乳		じゃが芋・塩・おけい・みりん コンソメ・砂糖・油 加工乳
31	金	★ハロウィン ケチャップライス ミニフライドチキン ブロックリーの野菜ソテー パイ缶 パンキンクリームスープ		ワインナー 鶏肉 加工乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース 玉ねぎ・ブロックリー・人参 パイ(缶詰) ドライバセリ	米(国産)・油 小麦粉・油 油 	トマトケチャップ・コンソメ・塩 塩・しょう コンソメ パンキンスープの素	ハロウィンクッキー 牛乳		小麦粉・砂糖 油・グラニュー糖 加工乳

※ アレルギーマークは【●卵 ●鶏卵 ●花生】のみ表示しています。
※ 天候や仕入れの都合により献立を変更する場合があります。
※ 五穀ビスケット・ほたはた焼・ソフトせんべい・麦茶は全園で、0.1歳児には乳児用菓子に変更しています。

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

献立作成：一富士フードサービス