



令和7年10月分献立表



大府市公私立保育園
令和7年9月18日

日 曜	献立名	使用材料名				午前のおやつ	午後のおやつ	エネルギー
		黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	調味料・その他			たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児
		熱や力となるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をよくするもの				
1 水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ 野菜ジュース(野菜生活)	スパゲティ、ノンエッグマヨネー ズドレッシング、サラダ油、砂糖	豚挽	野菜ジュース(野菜生活)、玉ね ぎ、人参、キャベツ、ピーマン、 コーンホール缶、きゅうり	トマトケチャップ、ソース、コン ソメスープの素、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜家 族)	牛乳 菓子(源氏パイ)	588.9(208.5) 19.8(7.6) 26.4(11.1) 2.1(0.4)
2 木 ○	カレーそばろごはん シーチキンサラダ 野菜スープ	米、砂糖、サラダ油	鶏挽、ツナ	玉ねぎ、人参、キャベツ、コーン ホール缶、きゅうり、干しいた け、パセリ	りんご酢、コンソメスープの素、 醤油、カレー粉、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆スイートポテ ト(さつま芋、砂糖、パ ター、牛乳、卵、みり ん)	602.9(247.3) 20.5(8.3) 20.0(11.2) 2.2(0.3)
3 金 ○	ごはん さわらのごま味噌かけ 拌三絲 豆腐と人参のすまし汁	米、春雨、砂糖、ごま油、サラダ 油	さわら、豆腐、チキンハム、ミッ クス味噌	人参、きゅうり、ねぎ、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、酢、み りん、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(ほしたべよ)	601.3(241.5) 28.8(13.2) 16.8(7.9) 2.1(0.4)
4 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(みかん)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
6 月 ○	味ごはん ごま和え 豆腐とえのきの味噌汁 まんまる月ゼリー	米、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、味噌、油揚げ	人参、もやし、きゅうり、ごぼ う、ねぎ、えのきたけ、糸こん にゃく、白ごま、干しいたけ、ま んまる月ゼリー	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(えびちび)	533.5(195.4) 22.9(7.5) 14.1(7.7) 2.8(0.3)
7 火 ○	薄切り食パン いちごジャム ミネストローネスープ シーチキンサラダ	薄切り食パン、じゃが芋、いち ごジャム、砂糖、マカロニ(グル テンフリー)	ツナ、ウインナー	キャベツ、人参、玉ねぎ、きゅう り、パセリ	りんご酢、コンソメスープの素、 塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆五平餅(米、赤味 噌、砂糖、みりん、白 ごま)	616.9(247.2) 21.7(8.6) 20.8(8.4) 2.5(0.5)
8 水 ○	焼きそば 中華わかめスープ ヨーグルト	焼きそば、サラダ油、ごま油	ヨーグルト、豚平、わかめ	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマ ン、ねぎ、えのきたけ	ソース、中華スープの素、花か つお、塩	牛乳 バナナ	野菜ジュース(白ぶど う&ほうれん草) 菓子(ライスクッキー (いちご))	428.6(196.9) 14.2(9.0) 8.8(5.3) 1.6(0.2)
9 木 ○	カレーライス マカロニサラダ フルーツゼリー(みかん)	米、じゃが芋、マカロニ(グルテ ンフリー)、ノンエッグマヨネー ズドレッシング、サラダ油	豚平、ツナ	フルーツゼリー(みかん)、玉ね ぎ、人参、きゅうり	カレールー、ソース、コンソメ スープの素、塩	牛乳 菓子(おこさせんべ い)	◆豆乳ヨーグルトのフ ルーツ和え(豆乳のヨー グルト、砂糖、黄桃缶、パ ナナ、みかん缶、パイ 缶)	604.9(175.6) 12.6(5.1) 16.8(4.2) 2.1(0.2)
10 金 ○	ごはん さばの味噌煮(トマトケチャップで減塩) 酢和え わかめと人参のすまし汁	米、砂糖、春雨	さば、チキンハム、白甘みそ、赤 味噌、わかめ	人参、きゅうり、もやし、ねぎ、 生姜	酢、トマトケチャップ、削り節、 醤油、だし昆布、酒、みりん、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あけびの実パ [®] ッ ドケーキ)(プレーン)	653.9(237.8) 28.0(8.0) 22.7(12.6) 1.9(0.2)
11 土	いなり寿司 フルーツゼリー(ぶどう)	いなり寿司		フルーツゼリー(ぶどう)		ヨーグルト		
14 火 ○	ビビンバ丼 中華わかめスープ オレンジ	米、砂糖、ごま油、サラダ油	豚挽、赤味噌、わかめ	オレンジ、もやし、人参、ほうれ ん草、ねぎ、えのきたけ、白ごま	中華スープの素、醤油、酢、酒、 塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(古代米せんべい (2枚))	593.2(250.2) 20.4(7.9) 19.8(11.1) 1.1(0.4)
15 水 ○	坦々麺 ハムとコーンのサラダ みかん	中華そば、ノンエッグマヨネー ズドレッシング、砂糖、サラダ油	豚挽、赤味噌、チキンハム、わか め	みかん、人参、キャベツ、きゅう り、コーンホール缶、白ごま、生 姜	醤油、酒、中華スープの素、酢、 塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆大学芋(さつま芋、 砂糖、サラダ油、醤 油、黒ごま)	657.4(278.3) 22.5(12.6) 27.0(11.4) 3.4(0.3)
16 木 ○	ロールパン じゃがとろ卵焼き トマト キャベツと玉ねぎのスープ	ロールパン、じゃが芋、サラダ 油	卵、ウインナー、豚挽、とける チーズ	玉ねぎ、人参、キャベツ、トマト、 ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスー プの素、醤油、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜家 族)	野菜ジュース(アップ ルキャロット) 菓子(ハッピーターン)	403.0(207.7) 13.7(4.4) 15.6(6.1) 1.8(0.2)
17 金 ○	ごはん あじの香味焼き 拌三絲 なすと玉ねぎの味噌汁	米、春雨、片栗粉、サラダ油、砂 糖、ごま油	あじ、チキンハム、味噌	なす、玉ねぎ、きゅうり、人参、 えのきたけ、にんにく	醤油、削り節、だし昆布、酢、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ミレービスケッ ト)	568.2(208.0) 27.6(8.0) 16.1(9.0) 2.6(0.3)
18 土	おにぎり(鮭・鮭) やさいゼリー	おにぎり(鮭・鮭)		やさいゼリー		ヨーグルト		
20 月 ○	ごはん 厚揚げとキャベツの味噌炒め わかめと人参のすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、厚揚げ、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(アスパラガスビ スケット)	567.9(212.3) 24.8(8.0) 18.6(9.1) 2.0(0.3)
21 火 ○	ごはん はんぺんとひじきの煮物 豆腐とねぎの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、はんぺん、味噌、油 揚げ、ひじき、わかめ	人参、糸こんにゃく、ねぎ、白ご ま	醤油、削り節、だし昆布	牛乳 バナナ	牛乳 ◆もちっぴり鬼ま んじゅう(さつま芋、 小麦粉、砂糖、白玉 粉、塩)	584.1(249.6) 25.8(12.9) 16.4(7.9) 2.6(0.2)
22 水 ○	天ぷらうどん ごまだれサラダ やさいゼリー	白玉うどん、さつま芋、片栗 粉、上新粉、サラダ油、砂糖	若鶏	やさいゼリー、人参、玉ねぎ、も やし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、 生姜、白ごま	醤油、削り節、酢、だし昆布、み りん、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(あげせんべい)	626.6(254.7) 20.9(7.5) 20.7(13.9) 2.7(0.6)
23 木 ○	レーズンロール ハンバーグ 付け合せ 野菜スープ	レーズンロール、米粉(パン 粉)、砂糖、サラダ油	豚挽、豆乳	玉ねぎ、キャベツ、人参、パセリ	トマトケチャップ、ソース、コン ソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	◆フルーツポンチ(黄 桃缶、みかん缶、パナ ナ、パイ缶、砂糖)	379.7(138.6) 15.3(4.0) 12.7(3.9) 2.1(0.1)
24 金 ○	ごはん さけの味噌焼き 酢和え わかめとえのきのすまし汁	米、砂糖、春雨、ごま油、サラダ 油	さけ、チキンハム、味噌、わかめ	きゅうり、人参、もやし、ねぎ、 えのきたけ、白ごま	酢、削り節、醤油、だし昆布、み りん、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(あけびの実クッ キー)(プレーン)	561.3(255.3) 28.5(13.1) 15.9(11.7) 1.5(0.2)
25 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
27 月 ○	ごはん おでん ごま和え 野菜ジュース(紫の野菜)	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、厚揚げ、豚挽、赤味 噌	野菜ジュース(紫の野菜)、大 根、人参、もやし、きゅうり、白 ごま	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 菓子(おこさせんべ い)	牛乳 菓子(ひとくちしょう ゆせん)	637.5(219.9) 22.8(7.7) 18.0(11.4) 2.9(0.5)
28 火 ○	レーズンロール 鶏肉のケチャップ炒め 野菜スープ マスカットゼリー	レーズンロール、砂糖、サラダ 油	若鶏	玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄 ピーマン、ピーマン、パセリ、マ スカットゼリー	トマトケチャップ、醤油、コンソ メスープの素、カレー粉、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆ポテトフライ(じゃ が芋、サラダ油、塩)	534.2(217.0) 24.3(7.7) 21.7(12.5) 2.3(0.2)
29 水	メキシコ風ピラフ みかん かぼちゃのスープ	米、サラダ油	ウインナー	みかん、玉ねぎ、かぼちゃ、人 参、ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスー プの素、塩、酒、カレー粉	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(お米de国産さ つまいもと栗のタル ト)	608.9(282.1) 14.8(12.6) 22.5(12.6) 2.5(0.2)
30 木 ○	ごはん 豆腐の小判揚げ ごまだれサラダ 野菜ジュース(アップルキャロット)	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	豆腐、鶏挽、卵、ひじき	野菜ジュース(アップルキャロッ ト)、人参、もやし、きゅうり、 キャベツ、ねぎ、生姜、白ごま	醤油、酢、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子(きらきら星のお せんべい)	613.7(198.1) 18.6(7.1) 21.5(10.6) 1.5(0.4)
31 金 ○	菜飯 さばの塩焼き 中華和え 豚汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	さば、豚平、赤味噌、ツナ	大根、人参、玉ねぎ、ほうれん 草、ねぎ、ごぼう、もやし、きゅ うり、コーンホール缶	菜飯の素、塩、酒、醤油、酢	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(おこめぼん棒)	617.2(235.6) 27.6(12.5) 24.1(8.0) 2.5(0.4)

◆は手作りおやつです。
※日にちの欄に○印がついている日は箸を持ってきてください。 ※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。 ※太枠の日は、卵・乳アレルギーに対応した別メニューを用意しています。