

# 10月 給食献立表

2025年度  
いぬかいこども園

日	曜日	昼 食	3時のおやつ
1	水	ごはん レバーの甘辛煮 紅白なます もやしのスープ オレンジゼリー	チーズラスク・ミルク
2	木	ごはん 鮭の変わりパン粉焼き 春雨の塩麹炒め 味噌汁 梨	お菓子・ココアミルク
3	金	秋のカレーライス マカロニサラダ ヨーグルト	麩のラスク・ミルク
4	土	ごはん うま煮 三色納豆 味噌汁 フルーツorゼリー	お菓子・牛乳
6	月	ごはん 鶏肉の味噌焼き ひじきのサラダ すまし汁りんご	南瓜団子・ミルク
7	火	ごはん 厚揚げの味噌炒め 胡瓜ともやしのナムル 中華スープ いちごヨーグルト	マドレーヌ・ミルク
8	水	ごはん 千草焼き 春雨サラダ 味噌汁 バナナ	玄米フレークスナック・ミルク
9	木	ごはん 魚の竜田揚げ マセドアンサラダ すまし汁 梨	クッキー・ミルク
10	金	ゆかりごはん(少) やきそば 胡瓜と油揚げの酢の物 中華スープ ゼリー	お好みマカロニ・麦茶
11	土	大運動会(給食はありません)	
14	火	ごはん 卵入りチャンプルー うまっこりー 味噌汁 オレンジゼリー	いりこスナック・ミルク
15	水	ごはん 魚の味噌煮 里芋サラダ すまし汁りんご	お菓子・ミルク
16	木	誕生日会(ロールパン ハンバーグ フライドポテト 南瓜サラダ コーンスープ ゼリー)	
17	金	ごはん 豚汁 鶏レバーの甘辛煮 切干大根のナムル 手作りふりかけ ゼリー	青のりトースト・ミルク
18	土	ごはん 高野豆腐の卵とじ 南瓜の甘煮 味噌汁 フルーツorゼリー	お菓子・牛乳
20	月	ごはん カレー風味肉じゃが 三色なます 味噌汁 バナナ	おからマフィン・ミルク
21	火	ごはん 魚のムニエル うま塩ひじき 中華スープりんご	やせうま・ミルク
22	水	ごはん ポテトオムレツ スパゲティサラダ コンソメスープ いちごヨーグルト	かりかりいりこ・お菓子・麦茶
23	木	ごはん からあげ ブロッコリーのおかか和え すまし汁 オレンジ	お菓子・ミルク
24	金	ごはん 麻婆豆腐 わかめの酢の物 中華スープ フルーチェ	ハムサンド・麦茶
25	土	ごはん(少) ちゃんぽん にらと竹輪の炒め物 白菜の塩昆布和え フルーツorゼリー	お菓子・牛乳
27	月	ごはん かぼす風味鶏の照焼 刻み昆布の煮物 味噌汁 バナナ	南瓜のカップケーキ・ミルク
28	火	手作りパン ポークビーンズ ゆかりスパ コンソメスープ いちごヨーグルト	ツナ入りカレーピラフ・麦茶
29	水	ごはん 手羽中の甘酢煮 ツナれんこん金平 豚肉と大根のスープりんご	豆腐のもちもちパンケーキ・ミルク
30	木	ごはん 鯖のケチャップ煮 小松菜と竹輪の和え物 味噌汁 バナナ	お菓子・ミルク
31	金	ごはん スペイン風オムレツ かむかむ海藻サラダ 中華スープ ヨーグルト	ハロウィンクッキー・ミルク

※献立は変更になる場合があります。1号認定の方は、おやつはありません。

大分県が行っている「健康寿命日本一」という取り組みの中に  
「野菜摂取1日350g」という取り組みがあります。この日の給食では野菜を100g使用しています。子ども達に好評なメニューにして、野菜をたくさん食べてもらいました。



この給食  
の中に、  
この野菜  
(100g)  
が入って  
います。



- ・ビビンバ丼
- ・大根サラダ
- ・春雨スープ
- ・オレンジゼリー

