

2026 10月

※ 昼おやつは、3・4・5歳児のみ飲みます。
※ 未満児は主食を入れた栄養価・以上児は主食を除いた栄養価です。
※ 29日(特別給食)は、未満児・以上児主食を入れた栄養価です。

日	曜	予定献立	朝おやつ	ゆうがお教室 昼おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分		日	曜	予定献立	朝おやつ	ゆうがお教室 昼おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分	
					以上児	未満児						以上児	未満児
1	木	ウインナーエッグパン 豚肉と野菜のカレー炒め バナナ 幼児牛乳	クラッカー お茶	源氏パイ お茶	696kcal 21.4g 51.2g 1.8g	701kcal 20.9g 50.3g 1.9g	19	月	チキンカツ アスパラサラダ 中華風コーンスープ りんご	まがりせんべい 牛乳	マーマレードマフィン 牛乳	478kcal 14.4g 29.1g 1.9g	627kcal 16.6g 27.9g 1.8g
2	金	炒り鶏 キャベツの中華風サラダ 玉ねぎの味噌汁	ボーロ 牛乳	レモンクッキー 牛乳	283kcal 12.5g 14.0g 1.5g	453kcal 14.0g 13.8g 1.4g	20	火	酢鶏 青菜のじゃこ和え うす揚げのすまし汁	バナナ 牛乳	いちごプリン 牛乳	280kcal 14.2g 12.9g 1.5g	427kcal 15.2g 12.0g 1.4g
5	月	かぼちゃコロッケ ブロッコリーのごま和え 野菜スープ オレンジ	白い風船 牛乳	桃のカップケーキ 牛乳	410kcal 11.1g 22.7g 1.5g	564kcal 13.0g 23.3g 1.3g	21	水	白身魚のコーンマヨ焼き ビーフンソテー 大根の味噌汁	どうぶつビスケット 牛乳	マドレーヌ 牛乳	306kcal 18.7g 14.0g 1.9g	479kcal 21.0g 16.1g 1.8g
6	火	ポークビーンズ 野菜ナムル かきたま汁	りんご 牛乳	プリン 牛乳	318kcal 14.4g 17.0g 1.2g	450kcal 15.3g 15.8g 1.2g	22	木	コロッケパン コールスローサラダ オレンジ 幼児牛乳	小魚せんべい お茶	わかめおにぎり お茶	443kcal 13.9g 13.0g 1.6g	472kcal 13.8g 12.9g 1.9g
7	水	豚肉の味噌炒め きゅうりとわかめのごま酢和え かまぼこのすまし汁	星たべよ 牛乳	てんさい糖ビスケット 牛乳	238kcal 12.6g 11.0g 1.6g	401kcal 13.9g 12.3g 1.7g	23	金	高野豆腐のそぼろあんかけ キャベツの塩昆布和え じゃが芋の味噌汁	ふわふわチップ 牛乳	グレープゼリー 牛乳	250kcal 14.2g 10.1g 1.8g	389kcal 14.5g 9.3g 1.5g
8	木	サンドイッチA イカリングフライ みかんヨーグルト 幼児牛乳	ぽたぽた焼き お茶	鮭わかめおにぎり お茶	516kcal 18.4g 16.2g 1.8g	524kcal 18.3g 16.3g 1.9g	24	土	ピーチショートケーキ 飲むヨーグルト	ピーチショートケーキ 飲むヨーグルト		164kcal 4.5g 5.5g 0.2g	164kcal 4.5g 5.5g 0.2g
9	金	さつま芋ときなこの蒸しパン	さつま芋ときなこの蒸しパン 牛乳	ストロベリーゼリー 牛乳	232kcal 6.4g 5.6g 0.4g	232kcal 6.4g 5.6g 0.4g	26	月	筑前煮 小松菜の味噌ソース和え 麩のすまし汁	やさいスナック 牛乳	ハムとチーズのパン 牛乳	317kcal 14.1g 13.6g 2.5g	464kcal 15.4g 14.2g 2.4g
13	火	厚揚げ入りホイコーロー風 ほうれん草のお浸し ちくわのすまし汁	オレンジ 牛乳	ココアスコーン 牛乳	276kcal 13.8g 12.0g 1.6g	417kcal 14.8g 11.4g 1.6g	27	火	干草焼き ナポリタンスパゲティ キャベツの味噌汁	りんご 牛乳	オレンジゼリー 牛乳	255kcal 13.5g 9.8g 1.6g	403kcal 15.4g 9.9g 1.4g
14	水	デミグラスハンバーグ チーズ入り野菜サラダ コンソメスープ	ウエハース 牛乳	たい焼き 牛乳	335kcal 15.4g 17.7g 1.8g	492kcal 17.9g 18.2g 1.8g	28	水	鶏肉のごま味噌焼き にんじんとツナのしりしり けんちん汁 オレンジ	ふんわりソフトせん 牛乳	ハロウィンクッキー 牛乳	414kcal 20.6g 25.4g 1.2g	563kcal 22.1g 25.0g 1.2g
15	木	コッペパン アジフライ にんじんのポタージュ りんご 幼児牛乳	マリービスケット お茶	おかかわかめおにぎり お茶	541kcal 17.8g 17.3g 2.4g	553kcal 17.5g 17.6g 2.1g	29	木	鮭ご飯 焼き栗コロッケ キャベツとりんごのサラダ きのこの味噌汁 かぼちゃプリン	とうもろこしのパフスナック 牛乳	豆乳ビスケット 牛乳	697kcal 28.0g 29.6g 3.3g	647kcal 24.2g 27.5g 2.9g
16	金	秋刀魚の塩焼き ツナサラダ 豆腐の味噌汁 バナナ	ぱりんこ 牛乳	アーモンドクッキー 牛乳	508kcal 19.2g 33.6g 1.5g	644kcal 19.5g 31.6g 1.5g	30	金	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ わかめスープ	きなこウエハース 牛乳	クレープ 牛乳	407kcal 12.2g 29.7g 1.5g	542kcal 14.1g 28.0g 1.5g